



心臓の冠動脈が突然閉塞して発症する心筋梗塞。いったん発症すれば死亡率も高く、その後の生活にも大きな支障を来す場合があります。日本では、心筋梗塞を含む虚血性心臓病が臓器別死因の第1位にある恐ろしい病気です。世界的にも2008年に感染症を抜いて死因の第1位に躍り出しました。

## 心筋梗塞治療の猶予時間



循環器内科医

上野勝己氏

# 発症から3時間以内

胞は刻一刻と死滅していきま  
す。ですからこの治療法のポ  
イントは、いかに早く詰ま  
った血管を再開通させるかな  
のです。最も重要な成功への

できるようになり、院内死亡  
率は20%から6%に減少しま  
した。  
しかし退院してから3年後  
までの予後を見ると、病院到  
着から治療までの時間を90分  
以内にしても、予後を改善し  
ていないことが示されまし  
た。そこで発症から治療まで  
の時間を再検討したところ、  
発症から3時間以内が治療の  
ゴールデンタイム(死滅し続  
く心筋細胞を助けることので  
きる猶予時間)だと分かり  
ました。  
不幸にも心筋梗塞を発症し  
たら、このゴールデンタイム  
で治療を受けるべきです。で  
は自分の体に起こった異変に  
対し、判断するために残り幾  
分、病院到着から治療までは  
90分かかります。3時間以内  
に治療を受けるためには、1  
80分-8・2分-30分-90  
分-51・8分(約52分)が患  
者に残された、病院に行くか  
どうかを判断する時間とい  
うことになります。  
心筋梗塞では、激しい胸の  
圧迫感やしめつけ感が15分以  
上持続したり、繰り返したり  
します。多くは死の恐怖を伴

条件は「時間」です。では発  
症から治療までに、どれくら  
いの時間の猶予があるののでし  
ょうか?  
まず、病院到着からカテー  
テルによる再開通までの時間  
が調査されました。その結果、  
病院到着から治療までに90分  
以上かかると、院内死亡率  
が上昇することが分かりまし  
た。これに伴う救急マニユア  
ルの変更などで、10年には多  
くの病院で90分以内の治療が

い、冷や汗でびっしょりとな  
ります。痛みは左腕の内側や  
下顎、歯茎や喉に広がって  
いく場合もあります。さらに痛  
みは軽くても冷汗、顔面蒼白  
(そうはく)、一過性の意識  
障害を認めたら、すぐに行動  
を起こしてください。119  
番、あるいは病院に連絡しま  
しょう。次の日まで待つては  
いけません。  
(岐阜ハートセンター院長、  
岐阜市数田南)

## 受診するかは52分内に判断

●食物繊維でリスク減  
穀類、野菜、果物、海藻に豊富な食物  
繊維の摂取量が多いほど心血管疾患のリス  
クは低いとの研究結果を英リーズ大の  
チームが英医学誌BMJに発表した。  
チームはこれらの病気と食物繊維の  
関係を最低3年間追跡調査した研究で、  
1990年から2013年にかけて発表された論

メ  
デ  
イ  
カ  
ル  
情  
報

文22本を解析した。この中には日本発の  
論文も含まれている。  
その結果、食物繊維の摂取が1日当  
たり7g増えると、病気のリスクが9%低  
くなるという関係が明らかになった。  
食物繊維のタイプ別に分析すると、穀  
類や野菜などに多く含まれる不溶性食物  
繊維でリスクとの関連が強くみられた。