

●心不全③〜心不全の診断について〜

前回までに心不全の概略、その原因となる病気について説明しましたが、今回はその診断について紹介します。

心不全①で説明しましたが、心不全になると息切れ、むくみ、そして体重増加といった症状が出現します。息切れは数カ月単位で徐々に起こるもの（以前登っていた坂道が登れなくなっただなど）から突然起こるもの（さっきまでテレビを見て大笑いしていたのに、急に息苦しくて青ざめ始めたなど）まであります。むくみは下肢左右対称に現れ、指で押すと跡が残るといった特徴があります。また2、3日で3kg以上の体重増加が起こることも特徴の一つです。

これらの問診に加えて、聴診、胸部レントゲン、心電図、心エコー、血液検査などのさまざまな検査を病院や診療所で行い診断します。これらの検査は心不全の有無を評価するだけでなく、心不全の原因となる病気を探すために行います。

聴診器を用いた聴診では、心不全を起こした際に異常なヒューヒューという呼吸音が聞こえます。また心不全②で説明した心不全の原因となる弁膜症

を心雑音聴取から診断できることもあります。

胸部レントゲンでは、心臓の拡大や肺に水がたまった像より、心不全を診断することができます。

心電図では、心不全の原因となる不整脈や心筋梗塞を見つけることができます。

心エコーでは、心臓の動き、形態、ポンプ機能について調べることができます。そのため、弁膜症について見つけることができます。心不全の診断にも有用です。

血液検査では、心臓から分泌されるホルモンの一種であるBNP（脳性ナトリウム利尿ペプチド）を測定します。BNPは血管を広げ、尿を出す作用があります。心臓に負担が掛かったとき、心臓が自分を守るためのホルモンがBNPであり、これを測定することが心不全の診断の一助となるわけです。最近ではその副産物である「NT-proBNP」を測定することが多いです。

今回は心不全の診断のための検査について紹介しました。次回は心不全の治療について紹介します。

【岩国市医師会】

食推さんの

食べてみんな

おいしいけえ！

野菜のうまみたっぷり

緑のミネストローネ

材料（4人分）

- | | | |
|-----------------|---|--------------------------------|
| ・小松菜…40g | A | ・ ^{かりゅう} 顆粒ブイヨン …小さじ1 |
| ・玉ネギ…100g | | ・水…600cc |
| ・長ネギ(緑の部分) …40g | | ・しょうゆ…小さじ1/2 |
| ・オリーブ油 …小さじ1 | | ・塩…小さじ1/4 |
| | | ・コショウ…少々 |

●エネルギー 28kcal/人 ●食塩相当量 1.2g/人

作り方

- ①小松菜は2cmの長さに切る。玉ネギは薄切り、長ネギは1cm幅に切る。
- ②鍋にオリーブ油を入れ弱めの中火で熱し、玉ネギと長ネギを炒める。しんなりしたら小松菜を加えて中火にし、さっと炒める。
- ③Aを加えて煮立て、5～6分煮る。しょうゆ、塩、

コショウで味を調える。

★ひとことポイント★

ミネストローネとはイタリア語でスープを意味し、トマトが入っていないものでもミネストローネと呼ばれます。余った野菜をいろいろ組み合わせると、たくさん野菜が食べられます。

