



地方独立行政法人

東京都健康長寿医療センター

〒173-0015 東京都板橋区栄町35-2

(代表電話) 03-3964-1141

(予約専用電話) 03-3964-4890

ホームページ <https://www.tmg Hig.jp/>

第171号 (令和5年9月号)

循環器内科のご紹介

循環器内科 専門部長 **碓井 伸一**



本年7月より東京都健康長寿医療センター循環器内科に赴任いたしました碓井伸一と申します。狭心症・心筋梗塞に対するカテーテル治療(経皮的冠動脈インターベンション:PCI)、閉塞性動脈硬化症に対するカテーテル治療(血管内治療:EVT)を専門としています。

「循環器内科」ってどんなところ？

「循環」とは主に血液の流れを意味します。「循環器」とは全身へ血液を循環させるポンプとなる「心臓」はもちろん、全身に血液を送り出す「動脈」や全身から血液を心臓へと戻す「静脈」までを含んでいます。

心臓病は悪性新生物(癌)に続いて日本人の死亡原因の第2位となる疾患です。(図1)年齢別の死因を見てみると、男女ともに85～89歳より心疾患による死亡が悪性新生物(腫瘍)による死亡との差が小さくなってきており、90歳以上においては心疾患による死亡が悪性新生物(腫瘍)による死亡よりも多くなります。(図2)このことより高齢化社会においては心臓病に対して適切に対処することが非常に重要であると考えられます。

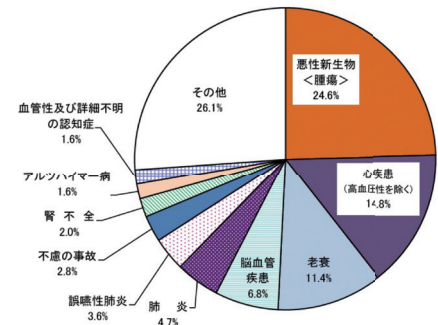


図1 主な死因の構成割合 (令和4年(2022))

出典: 令和4年(2022)人口動態統計月報年計(概数)の概況(厚生労働省)
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai22/dl/tyousa.pdf>

心臓に対する治療

虚血性心疾患: 狭心症、心筋梗塞

不整脈: 心房細動、発作性上質頻拍等の頻脈性不整脈、洞不全症候群等の徐脈性不整脈

弁膜疾患: 心臓弁膜症(大動脈弁狭窄症、僧帽弁閉鎖不全(逆流)症など)、感染性心内膜炎

心筋疾患: 心筋炎、心筋症など

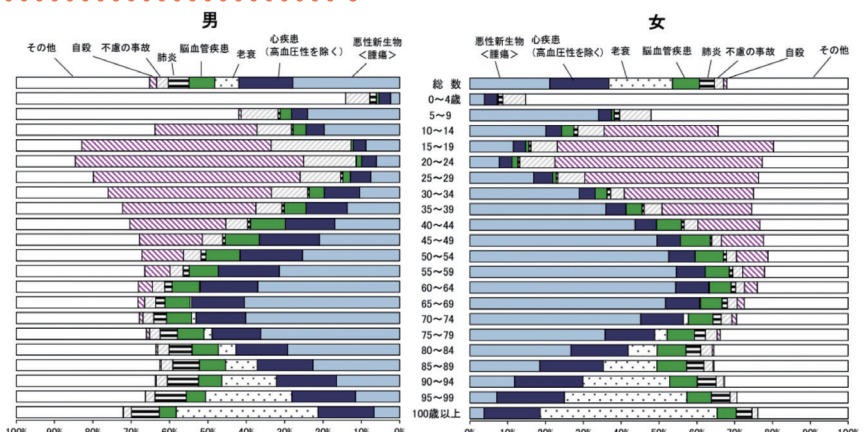


図2 性・年齢階級別にみた主な死因の構成割合 (令和4年(2022))

出典: 令和4年(2022)人口動態統計月報年計(概数)の概況(厚生労働省)
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai22/dl/tyousa.pdf>

動脈に対する治療

下肢閉塞性動脈硬化症、解離性大動脈瘤（の一部）、鎖骨下動脈狭窄症、腹部アングナ

静脈に対する治療

深部静脈血栓症、及びそれに続発する肺動脈血栓塞栓症（いわゆる「エコノミークラス症候群」）など

心不全とは

「心不全」という言葉をしばしば耳にすることがあると思います。しかし「心不全」とは特定の病気を示す病名ではありません。上で述べたような様々な心臓の病気（「基礎心疾患」といいます）によって心臓の機能が十分に働かなくなった状態が「心不全」なのです。

虚血性心疾患・閉塞性動脈硬化症に対する治療

以上のように循環器内科が担当する疾患は多岐にわたりますが、今回は私の専門である動脈硬化が原因である狭心症・心筋梗塞、閉塞性動脈硬化症の治療をご紹介します。

「生活習慣病」は予防が大切

動脈硬化が原因となる心臓・血管疾患と診断された患者さんに対してはカテーテル治療やバイパス手術といった治療方法が選択されますが、実はこのような治療が必要となる前に薬物療法や生活改善によって病気にならないように予防することが最も重要です。症状が出現する前に疾患を未然に防ぐことを「一次予防」といいます。「動脈硬化」はある意味血管の老化ですので年齢とともに進行していきます。これは誰も避けることはできないものですが、加齢以外にも動脈硬化が進行してしまう原因があります。それは「高血圧症」「糖尿病」「脂質異常症（高コレステロール血症）」といったいわゆる「生活習慣病」です。疾患ではありません

が「喫煙」も重要な動脈硬化の危険因子となります。（図3）（図4）

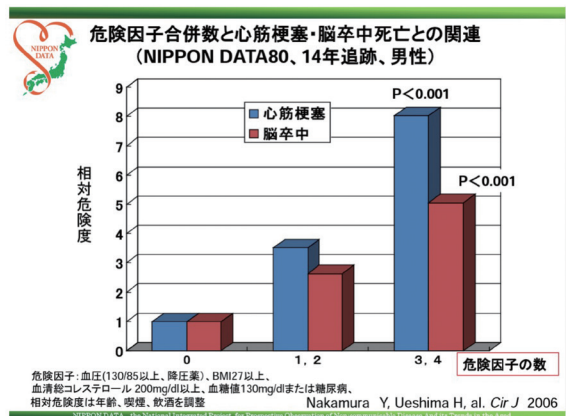


図3 危険因子と心筋梗塞・脳卒中死亡との関連 (NIPPON DATA80)

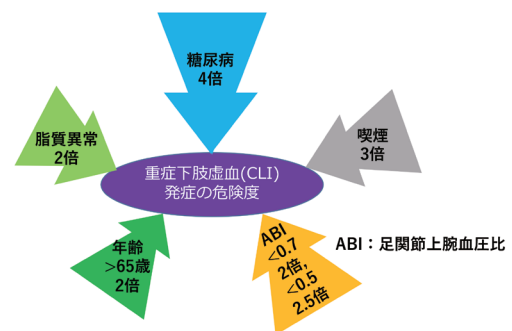


図4 下肢閉塞性動脈硬化症による重症化の危険因子

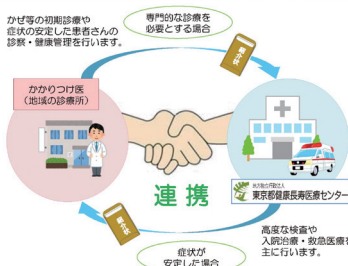
出典: 日本脈管学会編 下肢閉塞性動脈硬化症の診断・治療指針 II (TASC II) より引用改変

東京都健康長寿医療センターでは、

二人主治医制

を推奨しています。

当センターと地域の医療機関が連携して、患者さんのところから安心をサポートします。



地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター
場所: 1階8番「かかりつけ医紹介窓口」
受付時間: 平日9:00~18:00 電話: 03-3964-1141

図5 かかりつけ医との連携による質の高い医療を提供します

狭心症・心筋梗塞を発症してから治療するのではなく、これらの生活習慣病をコントロールしていくことで動脈硬化の進行を抑制し、狭心症・心筋梗塞、閉塞性動脈硬化症の発症を予防することで健康寿命を飛躍的に延ばすことが可能となります。その分野において大きな役割を果たしてくれるのが「かかりつけ医（ホームドクター）」です。患者さんによる自己管理、かかりつけ医の細やかな観察・治療、そして循環器専門医による専門性の高い治療が連携することによって質の高い医療が達成されます。（図5）

狭心症・心筋梗塞に対するカテーテル治療

経皮的冠動脈インターベンション (PCI)

心臓の血管（冠動脈）の動脈硬化による狭窄・閉塞に対する治療です。手首もしくは鼠径部の動脈から細い管を挿入し冠動脈の狭窄部を拡張する治療です。現在の標準的治療としては薬剤溶出性ステント (Drug Eluting Stent: DES) を狭窄部に（永久的に）留置することが多いです。（図 6）動脈の石灰化が強くバルーンのみでは拡張が不十分となる場合や、多量の血栓が存在するためバルーンでは対処不可能な場合、当院ではロータブレードやエキシマレーザーといった特殊デバイスを用いた治療も導入しており、患者さんの病状に応じた治療方針の選択が可能となっています。

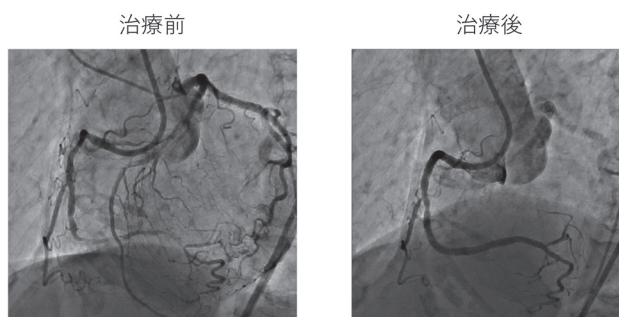


図 6 狭心症に対する PCI (薬剤溶出性ステント留置術)

下肢閉塞性動脈硬化症に対するカテーテル治療

大動脈より末梢の動脈の動脈硬化により血流が低下し、下肢の冷感・歩行時の疼痛（間欠性跛行といいます）・安静時疼痛・足壊疽といった様々な足の虚血症状を呈した状態を下肢閉塞性動脈硬化症といいます。

歩行時の足（多くはふくらはぎ）の痛み等の症状がある患者さんは整形外科を受診されることが多いかもしれませんが、ぜひ一度当科にもご相談ください。足の血圧と腕の血圧を同時に測定する ABI (ankle brachial pressure index) という検査にて足の血流低下の有無を評価することが可能です。この検査は外来にて簡単に行うことができます。通常 ABI は 1.0 以上となりますが、足の血流が低下している人は 1.0 未満となります。0.9 を切ると異常低値ですので下肢閉塞性動脈硬化症の可能性が高いと考えられます。この場合、次に血管エコー、造影 CT や血管造影にて動脈硬化の部位と狭窄の重症度を診断します。まずは薬物療法による症状の改善に期待しますが、狭窄の部位と重症度によってカテーテルによる拡張術＝血管内治療 (Endovascular Therapy; EVT) や血管外科によるバイパス術等の治療方針を決定していきます。（図 7）

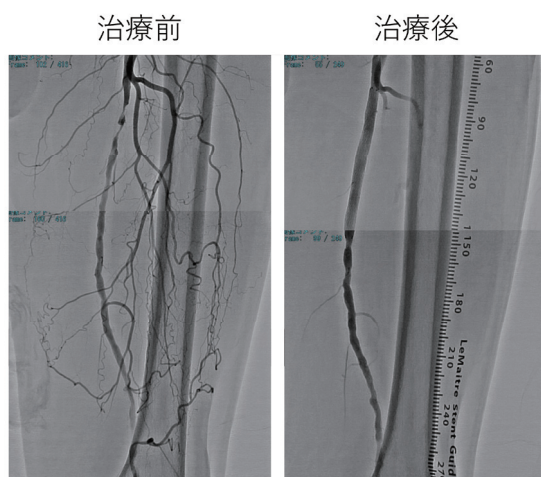


図 7 下肢閉塞性動脈硬化症に対する EVT 治療

カテーテル治療や外科手術により血流を改善させることは可能ですが、狭心症・心筋梗塞・下肢閉塞性動脈硬化症等の動脈硬化性疾患は年齢とともに進行していきます。動脈硬化の進行を抑制し再発を予防するためには生活習慣の改善や、長期間にわたって適切な薬物療法を継続していくことが重要となります。

胸痛・胸部圧迫感・息切れ（狭心症の可能性）や下肢冷感・歩行時の足の痛み（下肢閉塞性動脈硬化症の可能性）といった症状がある場合や、症状がなくとも高血圧症・脂質異常症（高コレステロール血症）、糖尿病、喫煙歴といった動脈硬化の危険因子を有する場合にはぜひ一度当科を受診して頂きたいと考えております。また、かかりつけ医（ホームドクター）の先生方におかれましてはご連絡を頂ければ迅速に対応させていただきますのでよろしくお願い申し上げます。

带状疱疹ワクチン Q & A

感染症内科 専門部長 こがねまる ひろし
小金丸 博



「带状疱疹ワクチン」をご存知ですか？带状疱疹ワクチンを接種することで、病気を発症しにくくなったり、罹患後の神経痛を予防することができるようになります。当センターのある板橋区では、令和5年7月1日から50歳以上の方を対象とした带状疱疹ワクチン接種費用の一部助成が始まりました。今回は、带状疱疹ワクチンをご紹介します。

Q1. 带状疱疹とは？

带状疱疹は、水痘带状疱疹ウイルスが原因でおこる皮膚の感染症です。はじめは皮膚がピリピリするような痛みを感じ、時間の経過とともに赤みや水ぶくれなどの症状が現れます(図1)。症状が現れる場所として胸や背中が有名ですが、顔、腕、お尻など体のどこにでも現れます。皮疹が治った後も痛みや異常感覚が数か月から数年にわたって続くことがあり、带状疱疹後神経痛と呼ばれます。带状疱疹は加齢に伴って発症率が高くなり、特に50歳代から急激に増加し、80歳までに約3人に1人が発症するといわれています。



図1 带状疱疹の皮疹

Q2. 带状疱疹ワクチンとは？

带状疱疹ワクチンには特徴の異なる2つのワクチンがあります(表1)。ひとつが生ワクチンである乾燥弱毒生水痘ワクチン「ビケン」、もうひとつが不活化ワクチンである带状疱疹ワクチン「シングリックス」筋注用になります。生ワクチンは、妊娠している人、免疫機能に異常のある病気をもつ人、免疫抑制薬による治療を受けている人では接種できません。これらの人でも不活化ワクチンであれば問題なく接種できます。

Q3. 带状疱疹ワクチンの予防効果は？

60歳以上を対象とした生ワクチンの研究では、接種後3.12年間で带状疱疹が51.3%減少し、带状疱疹後神経痛が66.5%減少しました。効果の持続期間を調べた研究では、ワクチン接種後1年以内の発症予防効果は68.7%でしたが、接種後8年目では4.2%ま

で低下しました。

50 歳以上を対象とした不活化ワクチンの研究では、2 回接種による带状疱疹の発症予防効果は接種後 3.2 年間で 97.2% と高い有効性を認めました。带状疱疹後神経痛についても高い予防効果を認め、ワクチン接種後少なくとも 10 年間は予防効果が持続することが確認されています。

表 1 2 種類の带状疱疹ワクチンの違い

ワクチンの種類	生ワクチン 商品名：乾燥弱毒生水痘ワクチン 「ビケン」	不活化ワクチン 商品名：带状疱疹ワクチン 「シングリックス」 筋注用
接種対象者	50 歳以上の人	50 歳以上の人または 带状疱疹に罹患するリスクが高いと考えられる 18 歳以上の人
接種方法	皮下注射	筋肉注射
接種量	0.5ml	0.5ml
接種回数	1 回	2 か月以上あけて（～6 か月以内に）2 回 ＊ 1 か月まで短縮することが可能
当センターでの金額	取り扱いなし	1 回 22,000 円× 2 回
板橋区の公費助成額	4,000 円	1 回 10,000 円× 2 回

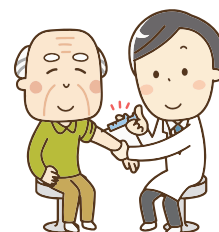
Q4. 带状疱疹ワクチンの副反応は？

どちらのワクチンも注射部位の症状（痛み、赤み、腫れなど）が主な副反応となります。他に発熱、筋肉痛、倦怠感、頭痛などがありますが、通常は 1 ～ 2 日で自然に消失します。接種後に気になる症状や体調の変化があらわれたら、すぐ医師にご相談ください。

Q5. 当センターで接種費用の一部助成を受けられる対象者は？

板橋区独自の助成事業であるため、板橋区民が区内の対象医療機関で接種した場合のみ助成を受けられます。板橋区民以外の方や、区民でも対象医療機関以外で接種した場合は全額自己負担となります。板橋区では、生ワクチンに対しては 4,000 円、不活化ワクチンに対しては各回 10,000 円が助成され、接種者の自己負担額は実施医療機関で設定する金額から助成額を差し引いた額となります。他区でも同様の助成制度が運用されていますので、住居地の自治体にご確認ください。

当センターでは、带状疱疹ワクチンのうち不活化ワクチン「シングリックス」を感染症内科外来で接種することができます。事前に予約を取得したうえで当科外来までお越し下さい。



皆様からのご意見にお答えします



- 診療が複数の時、会計が診療ごとにできるようになることをご検討ください。処方がある場合、薬局での待ちを短縮できる。(介添者の負担軽減)
- ご不便をおかけし申し訳ございません。保険診療上のルールにより、複数科受診の場合、算定の重複がないかなどの確認が必要となるため、全ての受診が終了してからの計算となってしまいます。ご理解いただきますようお願いいたします。
- 2週間に一回通院していますが、今回ほどうれしい事はありませんでした。検査係の女性、レントゲンの人、やさしく親切、思いやりがあり病気も逃げそうです。本当にありがとうございました。
- 妻の入院中は誠にお世話になりました。葬儀も無事に終わり、ようやく落ち着くことが出来ました。生前齊藤先生を始め看護師さんや病院スタッフの皆様から手厚い看護を受けることが出来、妻も感謝していると思います。特に妻の最後の日、看護師さんが連絡していただけたからこそ家族で見送ることが出来ました。これからは残された遺族が協力して妻の分まで元気に生きようと話しています。ありがとうございました。



第167回老年学・老年医学公開講座

あなたの暮らしに ちょい足しde フレイル予防



令和5年



申込不要
入場無料

11月21日(火)

当日先着
1,300人

詳細はこちら



13:15~16:15

会場

北とぴあ さくらホール
東京都北区王子1-11-1