

# 心疾患

# 高齢者に多い疾患－心疾患

## 問題 1 誤りはどれ？

- ①虚血性心疾患には，狭心症と脳梗塞がある。
- ②狭心症は，心臓の筋肉に酸素を供給している冠動脈が狭くなる病気である。
- ③心筋梗塞の主な症状は，激しい胸痛である。
- ④虚血性心疾患の予防は，動脈硬化を予防する食事，ダイエット，脂肪の少ない食事，塩分制限，質の高い睡眠，運動，禁煙などである。

## 問題 1 解答

誤りは①、③

①虚血性心疾患には、**狭心症と心筋梗塞**がある。

③心筋梗塞の主な症状は、**激しい胸痛**である。

# 高齢者に多い疾患－心疾患

## 問題 2 誤りはどれ？

- ①虚血の状態が長く続くと、狭心症になる場合がある。
- ②心不全とは、血液を全身に送るためのポンプの役割をしている心臓の機能がうまくいかなくなることである。
- ③狭心症の場合、重症になると血圧が下がり、ショック状態を起こすこともある。
- ④胸の痛みだけでなく首や背中、胃の痛みを訴える場合は、狭心症の可能性もある。

## 問題 2 解答

誤りは①、③

①虚血の状態が長く続くと心不全になる場合がある。心筋梗塞で冠動脈が閉塞して、血液の流れが途絶えると、心筋が壊死しはじめ、心不全を起こす場合がある。

③心筋梗塞の場合、重症になると血圧が下シヨック状態を起こすこともある。

※虚血とは血液が十分に届かないこと。

# 高齢者に多い疾患－心疾患

## 問題3 誤りはどれ？

- ①強い胸の痛みを訴える場合は、まずは血圧を測り、安静にして様子を見る。
- ②A型行動と言われるAggressive（攻撃的）な行動パターンをとる人は、虚血性心疾患になりやすいと言われている。
- ③虚血性心疾患のリスクファクターを持つ人には、定期的に心電図検査を受けるように勧めた方がよい。
- ④胸以外のところの痛みを訴える場合は、虚血性心疾患ではない。

## 問題3 解答

誤りは①、④

①強い胸の痛みを訴える場合は、**救急車を呼ぶ。**

④狭心症の場合、胸の痛みだけでなく、**首や肩、腹部の痛み**を訴える場合もある。

性格面	強い目標達成衝動
	競争心おう盛
	野心的
	時間に追われている感じを持つ
	性急でいらつきやすい
	過敏で警戒的
行動面	しゃべり方が爆発的で早口
	多動
	食べるのが速い
	一度に多くのことをやろうとする
	いら立ちを態度に表す
	挑戦的な言動
	特徴的なしぐさや神経質な癖

1959年、アメリカの心臓専門医であるフリードマンとローゼンマンが虚血性心疾患に陥りやすい行動パターン「A型行動」を発見した。

# 高齢者に多い疾患－心疾患

## 問題4 誤りはどれ？

- ①動脈硬化や高血圧の既往と、虚血性心疾患は全く関係ない。
- ②動脈硬化や高血圧は、食生活で塩分だけでなく、タンパク質が多いとなりやすいことが近年わかってきた。
- ③動物性脂肪は、虚血性心疾患の原因であると考えられてきたが、近年の研究結果では、動物性脂肪は、虚血性心疾患に悪影響を与えないことがわかってきた。
- ④虚血性心疾患の原因のひとつである動脈硬化は、一度固くなってしまうと二度と柔らかくならないと考えられていたが、近年では食習慣を見直して、改善する可能性もあるという考えもでてきた。

## 問題 4 解答

### 誤りは①、②

- ①動脈硬化や高血圧の既往があると虚血性心疾患になりやすい。
  
- ②動脈硬化や高血圧は、食生活で塩分だけでなく、**糖質**が多いとなりやすいことが近年わかってきた。**糖質の制限をすると血液中の中性脂肪が減少**したり、**減量が可能**になるので動脈硬化や高血圧が改善することがわかってきた。

# 高齢者に多い疾患－心疾患

## 問題5 誤りはどれ？

- ①心不全やネフローゼ症候群なども体重増加になるが、  
体重増加の原因は浮腫の場合もある。
- ②心不全で呼吸困難の場合には、仰臥位より起座位、  
半座位により呼吸がさらに苦しくなる。
- ③近年では、虚血性心疾患の原因である動脈硬化の原  
因は、糖質過剰と塩化ナトリウム過剰であるとわ  
かってきた。
- ④タバコは、近年の研究の結果、虚血性心疾患の  
原因ではない。

## 問題5 解答

誤りは②、④

- ②心不全で呼吸困難の場合には、仰臥位より起座位、半座位により呼吸が楽になる。座位をとることで横隔膜が下がるからである。
- ④タバコは、近年の研究の結果でも虚血性心疾患の原因の一つであることに変わりはない。

# 高齢者に多い疾患-心疾患

## 問題 6 事例問題

介護施設に入居されているAさん（88歳、男性、要介護2）が、左の肩こりがひどいので肩をもんでくれと依頼をした。

夕方の仕事終わりの時間でしあったが、なんとか時間を作って、肩もみをした。少し顔色が悪いと感じたが、帰る時間も近づいてきたので、気になりながらもそのままにして、帰宅した。

翌日、出勤すると夜勤の間にAさんは、意識がなくなり、救急車で病院へ搬送されたが亡くなられた。死因は心筋梗塞であった。

昨日の左の肩こりと死因の心筋梗塞には何か関連があったのだろうか？

さらに、その時にどんな行動をとっていればよかったのかを考えてみよう。

## 問題 6 解答

心筋梗塞の初期症状の痛みは、必ずしも左胸というわけではなく、**放散痛**と言われる胃や背中、肩や首などの心臓の位置よりやや離れている部位を「痛い」と表現されることもある。

よって、単なる**肩こり**であると**決めつけず**に、バイタルサインやその他の症状、既往歴、内服薬なども確認することが重要である。

特に**既往歴に狭心症がある人**などは、**心筋梗塞になる可能性も高い**ので、単なる肩こりだと思わない方がよい。

このようなケースの場合には、施設の看護師や医師にも報告をして、診察をしていただければ、もしかしたら、命を守ることもできたかもしれない。

普段から専門知識を身に付ける努力を怠らないことと、常にホウ・レン・ソウをしながら、他職種協働のチームケアで、様々なリスクに対処する体制を整えよう。

## 【参考文献】

- 1) 岩下馨歌里：研修用DVD安心安全ケア教育 下巻，日総研出版，2012.
- 2) 介護人財育成ぷらすVol. 5，No. 7（特別編集号），日総研出版，2008.
- 3) 新井圭輔：糖尿病に勝ちたければ、インスリンに頼るのをやめなさい，幻冬舎，2016.
- 4) 山田悟：カロリー制限の大罪，幻冬舎，2017.

## 教材作成

有限会社ファイブローズ  
取締役 岩下由加里

※本教材は「介護研修115の問題用紙」（日総研出版）の教材を  
大幅に加筆修正したものである。

お疲れ様でした。