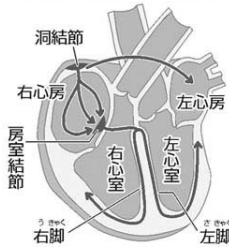


特定健診を健康づくりにいかそう！

文=道端 珠子 (保健師)

図：心臓の電気信号の伝わり方



心電図検査で診ているもの

心電図検査では、大きく分けて以下の二つを見ています。
リズム(脈)は通常心臓は、規則正しく拍動し、回数は1

心 臓は意思に関係なく絶えず拍動しており、心臓の筋肉(心筋)が縮んだり広がったりすることで全身へ血液を送っています。

心臓が拍動する時、洞結節というところから電気信号を出し、心房(上)から心室(下)へ収縮するように命令を出します。この電気信号を波形にしたものが心電図です。

「虚血性心疾患」は予防できる

狭心症・心筋梗塞などの虚血性心疾患は、高血圧や糖尿病などから起こる動脈硬化が原因となります。これらの疾患は激しい胸の痛みが生じ、命を落とす危険も高いものです。食生活や運動、禁煙などによる生活習慣病の

分間に60〜80回程度です。リズムに異常がある場合を不整脈と言います。心配のない不整脈も多いですが、血圧低下や冷や汗、胸部の苦しさなどが伴う場合は要注意です。

心臓への血流は心臓が動く為にも酸素や栄養が必要であり、冠動脈という血管から血液が送られます。冠動脈に動脈硬化が生じると、血流が減少して心筋に必要な栄養等が届かなくなり、虚血性心疾患(狭心症・心筋梗塞など)を引き起こします。

表：心電図所見の意味

心電図所見	所見が表すもの
洞性頻脈 洞性徐脈	心拍数が100回以上と多い(頻脈)、または50回以下と少ない(徐脈)状態。健康な人でも起きる。
房室ブロック	電気信号の流れる時間が長い、または流れが遮断されている状態。徐脈となる。
期外収縮	不整脈 電気の発生場所が通常と異なる。心臓の収縮が不規則になったり(上室性期外収縮)、心室から心房へ血液が逆流する(心室性期外収縮)などの状態。緊張やストレスでも起きる。
心房細動	心房が小刻みに震え、心室へ血流がうまく流れない状態。脳梗塞の原因にもなる不整脈。
右脚ブロック 左脚ブロック	心室への電気信号が伝わりにくい状態。加齢や高血圧などで見られる。
ST低下、陰性T波、異常Q波など	血管の一部に障害が起こり、心臓の細胞への血流が不足し、酸素や栄養が届かなくなっている状態。虚血性心疾患でも見られる。
左室肥大	高血圧により心臓が普通以上に頑張っただけで全身へ血液を送り出すため、左室が大きくなっている状態。

予防と、高血圧などの持病の管理をしっかり行い、動脈硬化を防ぐことが大切です。



※心電図所見だけでは、治療が必要な状態なのか、放置しても大丈夫なものなのか判断できないこともあります。健診結果で再検査が必要とされた場合は、早めに医療機関を受診しましょう。