



胸痛

稲城市保健センター

☎378-3421

胸痛は比較的自覚するこ
とが多い症状だと思いま
す。チクツとした痛みから圧迫
されるような痛みまで、痛
みの種類や持続時間も様々
です。その中でも「狭心症」
「心筋梗塞」が心配の的に
なっています。

実は心臓由来の胸痛、つ
まり「狭心症・心筋梗塞」
は問診である程度判断する
ことができます。重要な点

は①何をしている時に、②ど
のような痛みが、③どのくら
い続いたか、④胸以外に痛む
部位は、です。例えば①坂道
を登っている時に、②胸全体
が圧迫されるような痛みが出
現し、③安静で5〜10分で改
善し、④左肩や顎にまで痛み
が響いた。となると狭心症に
よる胸痛である可能性が濃厚
となります。

ではどのような人が狭心症・
心筋梗塞のリスクが高いので
しょうか。一般的にリスクは
喫煙・高血圧・糖尿病・高脂
血症です。高血圧・糖尿病・
高脂血症は内服でコントロー
ルできますが、根治はできま
せん。しかし喫煙は、禁煙を
することで狭心症・心筋梗塞
のリスクを下げることができ

ますから、現在喫煙してい
る方も禁煙を検討してみ
てはいかがでしょうか。現在
禁煙のためにいろいろな薬
も出てきています。禁煙外
来を行っている医院もあり
ますのでご相談いただけれ
ばと思います。高血圧・高
脂血症・糖尿病は自覚症状
に乏しいため、自ら受診し
て病気を見つけるのは難し
いと思います。だからこそ
検診が大切なのです。

しばらく検診を受けてい
ないという方はぜひ検診を
受けましょう。今年は、毎
日10万回も動き続けてくれ
ている心臓を守ってあげる
ためにも、ご自身の健康に
目を向けてみませんか。

稲城市医師会 田島 一樹