

# 心臓病と突然死

## 心臓病と突然死

市川治療室 No.48/1994.07

突然死とは予期せぬ急死（発病から一週間以内の死）の総称です。  
原因は心臓疾患による物が一番多く、次に脳血管疾患です。

心臓や血管は生命と直結しています。

その上、一度壊れてしまうと元に戻すのが難しく、しかも急激に悪化しやすいという特徴が死(突然死)につながります。

### 1. 不整脈

「心臓が悪い」と自覚できる手がかりに不整脈（脈拍のリズムの乱れ）があります。  
そこで心臓の検査として心電図を撮ることになります。  
心電図は、心筋梗塞や狭心症などの診断に役立ちます。

#### ○ 心筋エネルギーの不足が原因の不整脈

不整脈があっても心電図に異常があるとは限りません。

不整脈は心臓が悪くなくても心臓の筋肉のエネルギー不足によって起きることがあるからです。

心筋（心臓の筋肉）のエネルギーは心臓の筋肉の細胞の中で作られます。

エネルギー作りの重要なポイントを握っているのはユビキノン(ビタミンBの仲間)です。

ユビキノンは心筋のエネルギー不足状態を改善してくれるため、心筋梗塞や狭心症が原因ではない不整脈には的確な効果があります。

#### ○ 心筋梗塞や狭心症が原因の不整脈

冠動脈(心臓に栄養を運ぶ血管)の内径が狭くなると、心臓に必要な栄養や酸素が不足気味になり心筋梗塞や狭心症の症状がおきます。

狭心症の自覚症状はみぞおちの辺りの締め付けられるような痛みですが、発作時にニトログリセリン錠を舌下に飲むと数分以内に症状はおさまります。

ダイナマイトの原料ニトログリセリンには動脈と静脈の血管を拡張する作用があるからです。

しかし、血管の中膜（血管は外・中・内膜からできている）に硬化があるとニトログリセリンでも効果はありません。

血管の硬化(動脈硬化)対策には動脈を構成している材料を十分に補給することと血管を傷つける活性酸素を抑えることです。

E そのためにはビタミンA・E・B6・タンパク質（主に動物性タンパク）がポイント

トです。

一般に急増と言われる心臓病について「原因は食生活の西欧化」と言う一部の医学者・食生態学者・食生活研究者がいますが、心臓病の粗死亡率と訂正死亡率(10万人中)を表した下図(厚生省・人口動態統計)は明確にその考えを否定しています。

