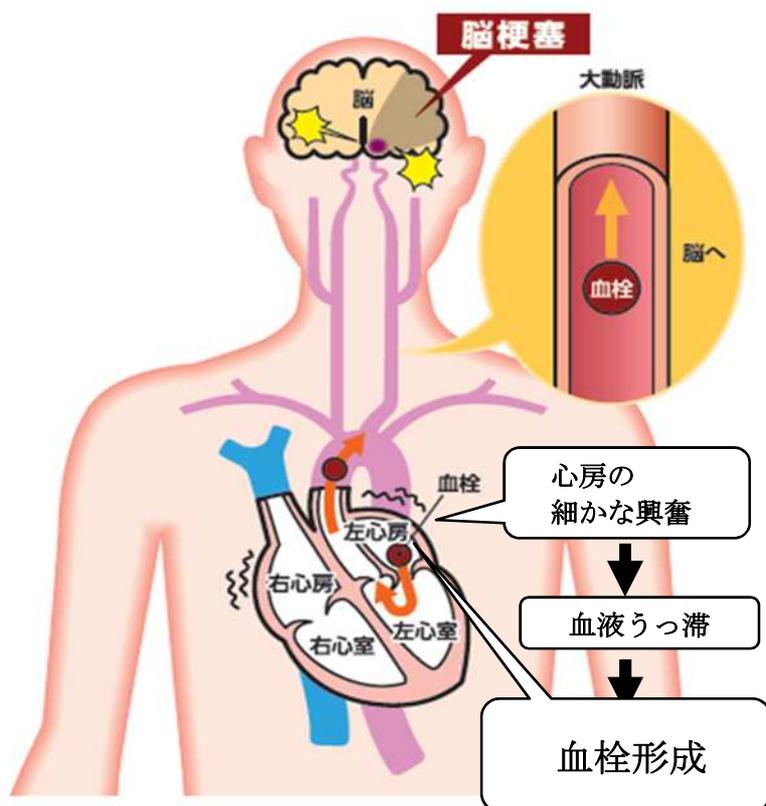


もしかして脳梗塞？心筋梗塞？

～心臓が原因の脳梗塞について～

●心房細動という不整脈が原因です。



○心臓は血液中の電解質（ナトリウムなど）により発電し、規則正しく筋肉を動かし全身に血液を送っています（60～100回/分）

心房細動

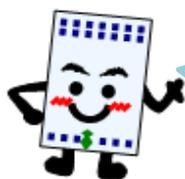
心臓で異常な電気刺激が発生し、1分間に350回以上も心臓の筋肉が震えると、血液が流れにくくなります。

その結果、血液が固まりやすくなり、その血のかたまりが脳の血管でつまると脳梗塞、心臓でつまると心筋梗塞になります。

以下の症状は、心房細動の可能性があるので受診をおすすめします

- 脈の間隔が不規則（ド…ドドド…ドなど）
- 動悸、ふらつき、胸痛、胸の不快感がある
- 起床時の安静な状態で脈拍数が日常の脈拍数より急激に増えた場合

「脈のチェック」



心房細動の主な要因は、加齢、喫煙、過剰な飲酒、過体重です。加えて脱水状態は血栓をつくりやすいので、水分補給を忘れずに！

長野市保健所健康課
ながの健やかプラン21
推進市民の会
電話 226-9961
FAX 226-9982