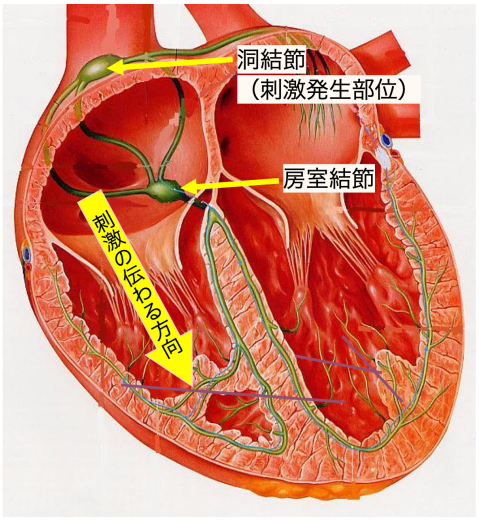
不整脈の原因と治療の流れ

院長　永井俊一

心臓の電気の流れ(刺激伝導系)



心臓は電気の刺激によって収縮します。その刺激が発生するのが右心房の所にある洞結節という場所です。この刺激が刺激伝導系という電気の通り道（図の深緑の線）を通って心房や心室に伝えられ、規則正しい収縮がおこります。心臓は 1 分間に 60～80 回、一定の間隔で収縮しているのが正常ですが、走った時に速くなったり、眠っている時に遅くなったりするのは正常の反応です。不整脈とは、この心臓を刺激する電気の発生や、電気の伝わり方の異常によりおこります。不整脈は若い人でもおこりますが、60 歳を過ぎるとおこりやすくなり、加齢がひとつの原因です。心筋梗塞や心不全など心臓の病気がある場合や、高血圧や甲状腺の病気がある場合も不整脈がおこりやすくなります。

不整脈は特に自覚症状がなくてもみんな少しは必ず出ています。そのまま放置してかまわない不整脈がほとんどですが、不快な自覚症状がある場合や、不整脈の数が多い場合、危険な不整脈の場合は治療が必要になります。症状を詳しく聞くことで不整脈の種類や治療が必要かどうかをある程度判断できます（4～5 ページ参照）が、最終的にはホルター心電図を行って不整脈が 1 日にどのくらい出ているかや危険な不整脈が出ていないかを確認したり、心エコー検査で不整脈の原因となる異常がないかを確認して、治療が必要かどうか、どのような治療がいいのかなどを判断します。

不整脈には大きく分けると、速い不整脈と遅い不整脈があります。速い不整脈は動悸など不快な症状が出やすく、心室頻拍や心室細動など命に関わる危険な不整脈や、脳梗塞の原因になる心房細動（3 ページ参照）など、治療が必要なものが多いです。以前は薬による治療しかありませんでしたが、今は不整脈の発生源になっているところを電気で焼いて不整脈が起こらないようにするアブレーションという治療や、電気ショックで不整脈を止める機械を入れる治療など、治療の選択肢が増えてきました。一方、遅い不整脈は自覚症状がなければ治療を必要としないことがほとんどです。心臓が何秒か止まることによって意識を失ったり、めまいを感じたりする場合は、ペースメーカーが必要になります。

不整脈は常に出ているわけではなく、体調などにより出たり出なかったりします。疲れている時や、寝不足の時、ストレスを受けた時におこりやすく、人によってはアルコールを飲むと不整脈がおきやすい人もいます。規則正しい生活をして、休養を十分にとってください。