

冷え込む朝夕、要注意！冬は、脳卒中と心臓病が増加します。

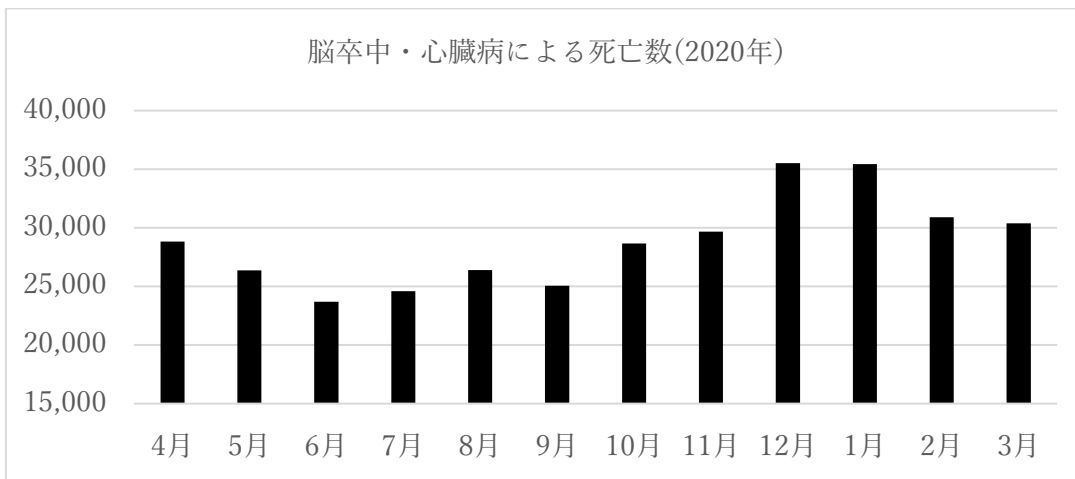


循環器内科医 永田義毅

- 冬は、脳卒中と心臓病が増加します。

政府の統計によると、夏に比べて冬は毎月1万人くらい脳卒中・心臓病による死亡数が増加しています。

突然倒れて救急搬送される方、調子が悪くなって病院を受診する方が多く、病院やクリニックが最も混み合う季節です。



データ参照 政府統計の総合窓口

- 寒くなると血管が縮みます

脳卒中や心臓病が増える原因は、寒くなると血管が過剰に縮んだり、動脈硬化が突然不安定となり血栓でつまってしまうからだと考えられています。

特に注意が必要な日 ① 降雪日 ② 5℃以下の寒冷時 ③ 急激に気温が下がる日

また、「ヒートショック」といわれる現象も要注意です。暖かい室内から寒い空間に出た時に、急激に血圧が変動すると心臓や血管に負担がかかります。

- 予防のために

一般的な心筋梗塞の症状は、激しい胸の痛み、呼吸困難、冷や汗などがあります。しかし約半数は、前兆になる症状がなく突然おこります。日頃からご自身の健康状態を確認し、高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病を管理してください。循環器ドックや脳ドックでは、心臓病や動脈硬化の状態を調べることができます。ぜひ、ご活用ください。

脳・循環器ドック <https://www.hokurikuyobou.or.jp/dock/brain.html>