

青森県における 心臓病の現状と課題

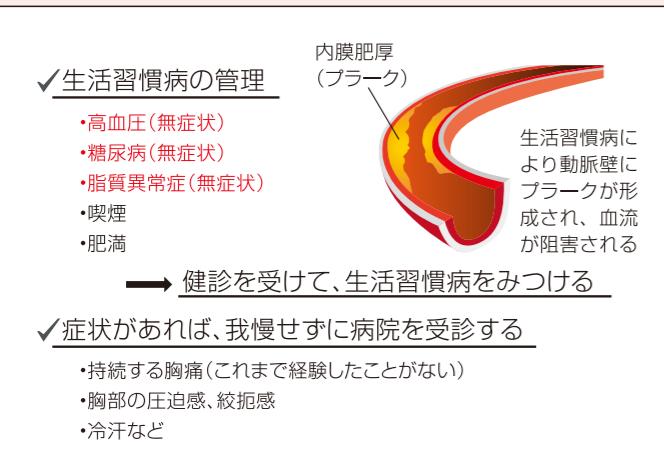
青森県における心臓病の現状

表1. 都道府県別にみた全死因の年齢調整死亡率

	年齢調整死亡率(人口10万対)	
	男性	女性
1	青森 585.6	青森 288.4
2	秋田 540.3	福島 275.7
3	岩手 522.5	茨城 273.8

心臓病とくに急性心筋梗塞の主な原因として、高血圧、糖尿病、脂質異常症、喫煙、肥満が挙げられ、これらは生活習慣病と呼ばれています。生活習慣病を有すると、心臓に酸素や栄養を供給する血管である冠動脈の壁（内膜）が肥厚し、プレークと呼ばれる動脈硬化病変が進展してきます（図2）。動脈硬化が進展すると、冠動脈が狭窄したり冠動脈に血のかたまり（血栓とよばれる）が形成され、これらによって血管が閉塞すると心筋梗塞を発症します。心筋梗塞は心全や死に至る不整脈の主たる原因にもなりますので、生活習慣病の管理は非常に重要です。

図2. 青森県における心臓病死亡率低下に向けての課題



による死亡の増加をどのようにして防ぐかが、今日の青森県における心臓病対策の課題になつています。

心臓病と生活習慣病

心臓病とくに急性心筋梗塞の主な原因として、高血圧、糖尿病、脂質異常症、喫煙、肥満が挙げられ、これらは生活習慣病と呼ばれています。生活習慣病を

これらの生活習慣病の中で高血圧や糖尿病、脂質異常症は自覚症状がないことが多く（無症状）、全く気づかずに放置されることがあります。知らぬ間に動脈硬化が進行し、心臓病を発症してしまうやくこれらの生活習慣病の存在に気づくことも少なくありません。特に高血圧は「サイ

健診を受けましょう

我慢せずに早めの受診

うすれば心臓病の発症前にこれら生活習慣病の存在に気づくことができるのでしょうか？1つの答えは健診を受けることです。健診により、たとえ症状がなくとも生活習慣病の存在に気づくことができます。せっかくのチャンスを逃すことなく、まずはしっかりと健診を受けてください。そして生活習慣病が見つかったときは、早目に病院を受診し、適切な治療を受けましょう（図2）。

2018年12月に「脳卒中・循環器病対策基本法」が国会で可決・成立しました。今後この法律に基づいて、国・県・市町村レベルで、脳卒中や心臓病対策のための様々な法整備が進んでいきます。我々も県民の生活習慣病改善、心臓病による死亡率の低下を目指して、より一層努めていきたいと思います。

は、我慢せずに病院を受診して
ください(図2)。

健診を受けて生活習慣病を
早期にみつけしつかり管理す
る、そして症状が現れた時は我
慢せずに早めに病院を受診す
る、これらの点が、青森県の心臓
病による死亡率の低下に向けて
特に重要なポイントです。是非
皆さんに知つていただき、県民皆
の力で短命県返上を目指しま
しょう。

表3 都道府県別にみた三大死因の年齢調整死亡率

		年齢調整死亡率(人口10万対)					
悪性新生物		心疾患		脳血管疾患			
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	
1	青森 201.6	青森 103.0	千葉 81.0	愛媛 42.8	青森 52.8	岩手 29.3	
2	秋田 185.8	北海道 99.5	岩手 80.5	和歌山 42.1	秋田 52.2	栃木 28.5	
3	鳥取 185.8	秋田 97.7	愛媛 80.3	千葉 41.3	岩手 51.8	青森 28.2	

第6位 青森76.8 第16位 青森36.6

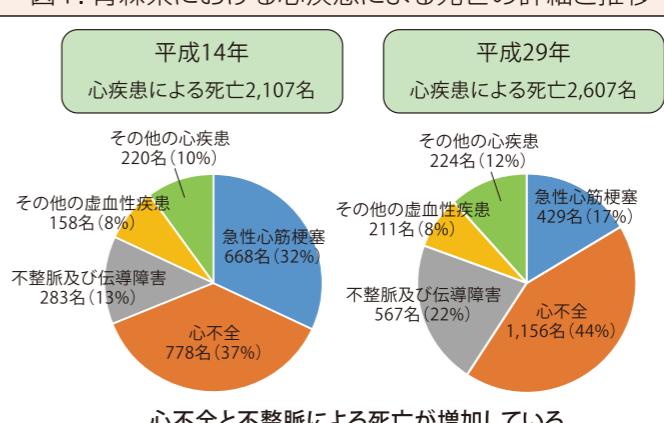
うすれば心臓病の発症前にこれら生活習慣病の存在に気づくことができるのでしょうか？1つの答えは健診を受けることです。健診により、たとえ症状がなくとも生活習慣病の存在に気づくことができます。せっかくのチャンスを逃すことなく、まずはしっかりと健診を受けてください。そして生活習慣病が見つかったときは、早目に病院を受診し、適切な治療を受けましょう（図2）。

我慢せずに早めの受診

急性心筋梗塞を発症した場合は、早めに病院を受診することが大切です。早期に診断し、治療することによって、心筋梗塞の範囲が小さくすみ、心不全や死に至る不整脈の発症を減少させ、心臓病による死亡率全体を低下させることができます。これまで経験したことがないような持続する胸痛、胸部の圧迫感や

ト3位となっています(表2)。心不全や心筋梗塞などの心疾患は以前より改善しましたが、男性がワースト6位、女性がワースト16位となっています。青森県の死亡率でみると、第1位が悪性新生物、第2位が心疾患による死亡であり、まだまだ心疾患による死亡率は高く、特に40代から60代の働き盛りの年代の死亡が多い状況にあります。

図1 青森県における心疾患による死亡の詳細と推移



平成14年 平成29年憲査用人口動態統計の概況ヒル作