

ドクターNAKAMURAの 健康道場



Vol.1 心血管疾患は 突然襲ってくる

はじめまして。そよかぜ循環器内科・糖尿病内科の中村です。この度ご縁がありまして、「ドクターNAKAMURAの健康道場」なるコーナーを連載させていただくことになりました。

読者の中には「分かっちゃいるけど直せない」というライト感覚派から「自分の人生、太く短く生きてやる。タバコをやめるくらいなら死んだ方がましじゃ！病気が怖くてタバコを止めれるかっちゅうねん？」といった武闘派まで、様々な方々がいらっしゃることでしょう。

このところ世間では、防災に関する備えを行うことがさかんに謳われています。ある日突然襲ってくる大地震、大津波、台風・土砂災害等々。自然の気まぐれで襲ってくるその日に備えて、私たちは避難訓練、防災訓練を行っています。災害を最小限に留めるためにはどうしたらよ

いか様々な取り組みが行われています。

同じように、生活習慣病に長期間さらされた肉体はいつかは心血管疾患で命の危険な状況にさらされます。癌の病気は多くの場合、診断を受け治療に至るまでに考える時間を与えてくれます。ところが、心血管疾患はある日突然に襲ってきます。否、正確に言えば、軽い前兆があるかもしれないかもしれませんが、あまりにも「軽すぎて」、あるいは「私に限って」の思いも手伝って多くの方が「大したことではない」と自分に言い聞かせてしまうのです。だって、安静にすれば症状は直ぐによくなるのだから。そうこうするうちに大きな発作に襲われ命の危険に苛まれ、あるいは社会的生命を奪われるのです。発作の時には考える時間は与えられません。

この道場では、生活習慣病をもった方々、不健康な生活をしている方々の心血管に大災害が襲いかかったとき、一体どうすればよいのか、シミュレーションを行い考えていきたいと思えます。と、同時に防災対策のように、心血管疾患を形成する生活習慣病とどう付き合っていけば

そよかぜ 循環器内科・糖尿病内科
(県立中央病院 前)

院長 中村陽一