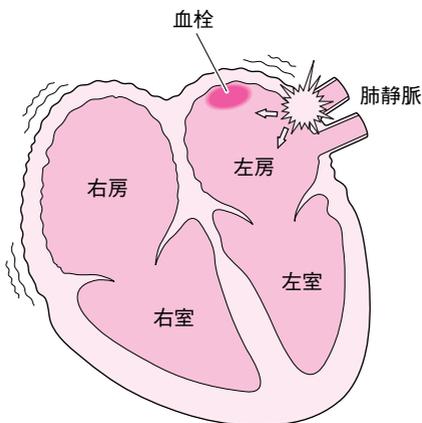


心房細動のイメージを もっていただくために

心房細動とは、心臓の中を流れている電気に起因して発生する病気です。心臓の病気というとすぐに血管の病気と思われがちですが、勘違いしないでください。心臓の中にはいつも電気が流れており、その電気を通す配線があります。これは心臓全体が一つの命令で整然と働くことができるための命令伝達経路です。この電気系統に何かしらの異常が発生する状態が“不整脈”とよばれる病気であり、心房細動はその中の1つです。

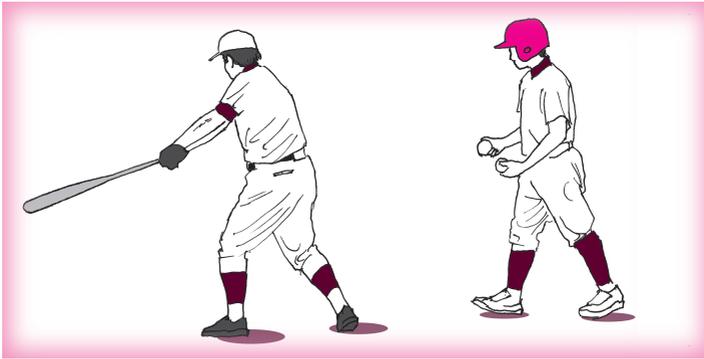
不整脈が引き起こされるイメージ



心房は、肺や全身を回ってきた血液を一旦プールして、心室へと手渡す役割をしています。イメージとしては、野球のノックをしている監督の後ろで、ボールを監督に手渡している補佐役の選手を思い浮かべていただければよいと思います。通常は心室と同様に1分間に60～80回程度の興奮と収縮をしています。心房細動が生じると、1分間に600回から1000

回にもおよぶ興奮（収縮）が生じます。これはもうめちゃくちゃな状態です。心房の中で数え切れないような電気の興奮が発生したり、ぶつかり合ったりしています。この状態では心房はきちんと収縮して血液を押し出すという仕事はできません。ただ単に痙攣してぶるぶるしているだけです。この、細かく動いている状態を細動とよぶわけです。この状態はふるえているだけで血液を押し出せていませんから、停止しているのと同じです。

心房はノックをする監督の補佐役のようなもの



心房はもともとが心臓の中の主役ではなく脇役です。野球のノックで、補助役がいなくても監督はノックができる（多少やりづらいけど）のと同じで、心臓も心室がきちんと働いていれば一応は大丈夫です（もちろん、補助役の心房がいる時と比べて効率が悪くなることは否めません）。心房はこのとき、ふるえているだけで停止状態ですが、血液の流れを邪魔することはありません。つまり血液は心房を素通りしていくわけです。この時、心房の中の隅の方の血液はどうしても澱んできます。川の流れでイメージすれば、流れの中央では速いスピードで水が流れるのに対して、川岸の水は澱んでくるのと同じです。心房の隅（特に、心耳とよばれる場所）で澱んだ血液が固まって血栓となり、それが血流に乗って心臓の外へ流出した場合に、脳梗塞を代表とする全身の血栓症を発生するわけです。

ここまですを整理すると、“心房細動”とは、

- 心房の痙攣状態であること
- 心房が収縮していないために心房内の血流が悪くなること
- そのため心房内（特に左心耳）に血栓を形成しやすいこと
- そしてその血栓が血流に乗った場合に脳梗塞などの全身の血栓塞栓症を生じる可能性があること

となります。

さて、ここまでは多くの医学参考書や、一般向けの解説書にも書いてあることです。しかしその先の、心房細動の原因や、心房細動の患者さんの臨床経過（特に本疾患が進行性疾患であること）については教科書にはほとんど記載されていません。心室性不整脈と比べて心房性不整脈は基本的にはあまり危険を伴わない不整脈である、という知識は広く知られています。しかし、患者さんは生涯にわたってどのように心房細動と付き合い、いなくてはならないのか、そして医者は患者さんの生涯のどの段階でその患者と出会い、段階ごとに何をしなくてはいけないのか、という具体的なイメージはこれまでほとんど語られることがなかったように思います。

心房細動の原因

心房細動を患う方々の多くは、特に心臓に病気はありません。今まで特に心臓が悪いなんて言われたことはなかった、という方たちがほとんどです。まれに、何らかの心臓疾患（弁膜症、心筋梗塞、先天性心疾患など）があって、それが原因で心房細動を発生することもあります。それは特殊なケースです。プロ野球の国民的有名監督が心房細動から脳梗塞を発症したことはよく知られていますが、誰もあの方が心臓の病気をもっていたとは思わないでしょう。それではなぜ、心房細動は発生するのでしょうか？

その原因は、実はよくわかっていません。

えーっ、どうして？ と感じる方が多いと思いますが、多くの場合、「これが原因だ」、というような明らかなものはないのです。

ただ、心房細動を発生しやすくする要因についてはある程度わかっています。

これは、

- 年齢（加齢とともに発生しやすくなる）
- 体質（親からの体質を引き継ぐ、という面はある）
- 全身状態（高血圧、肥満、糖尿病などのメタボリック症候群では発生しやすくなる）
- 飲酒、ストレス etc.

などです。

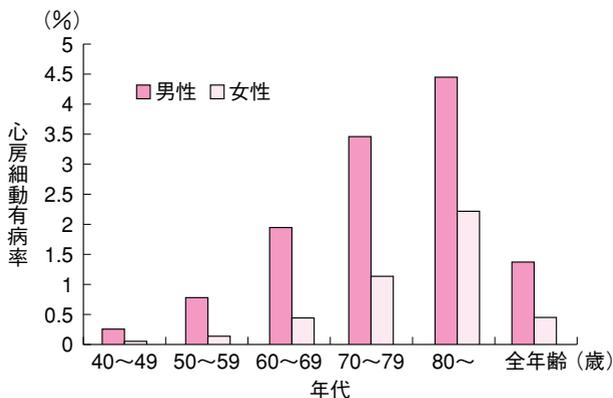
この中で、年齢について少しお話ししましょう。

心房細動と年齢

統計的にみると、次の図のように心房細動は40歳代から発症する人が増え、その後加齢とともに飛躍的に罹患率が増加します。明らかに一種の加齢現象と言えます。また、発作性心房細動の患者さんは、年率5.5%の割合で慢性化してゆくというデータもあります（発作性・慢性という分類については別の項でお話しします）。

このように心房細動という病気は年齢と密接に関係しており、一種の加齢現象とも言われています。私はこのことを患者さんに必ず説明します。

性別・年代別にみた心房細動の有病率



Inoue H, et al. Int J Cardiol. 2009; 137: 102-7.

この不整脈は加齢とともに誰にでも起こる可能性のある病気であり、自分だけが特別な病気になったわけではないこと。それを聞くだけでも患者さんはとても安心します。