



だん～
Dr田名の産業医だより 2025 年 7 月



産業医 田名 毅
首里城下町クリニック

病院へ行こう 心臓の話 ～受診を悩んでいるあなたへ～

産業医だよりでは、毎月私のクリニックで行っている地域むけ医療講演会 YouTube 配信の内容を要約してお伝えしています。今月は、「病院へ行こう！心臓の話～受診を悩んでいるあなたへ～」というタイトルで琉球大学病院 第三内科（循環器・腎臓・神経内科）の潮平親哉 先生に講演をお願いしました。先生は現在、大学内で不整脈診療の中心を担っています。

まず、今回のご講演内容を考えた理由は、「受診を迷っているけれど、行けていない人が病院に行ってみようと考えてもらうにはどうしたらいいか？」でした。

1、医療機関を受診したくない気持ち

- ・お金がかかる。
- ・時間がかかる。
- ・医者への態度が悪い。
- ・欲しい薬をくれない。
- ・診察時間が短いのに、待ち時間が長い。
- ・育児や仕事があって、行く時間がない。
- ・土日に空いてるなら行く。

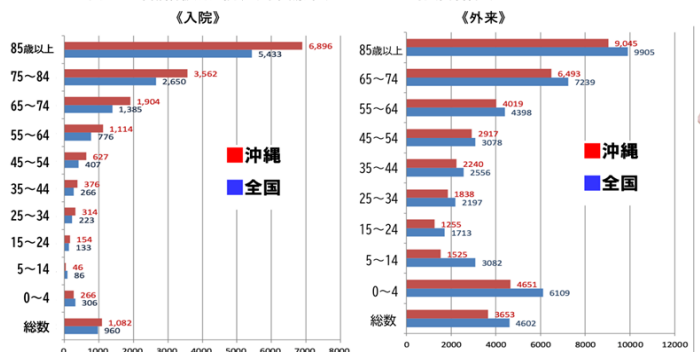


→解決できることと出来ないことがある。
それでも医療機関を受診して欲しい状況がある。

ただちょっとした知識が必要 → 一緒に勉強しましょう！

2 沖縄県の医療データ①

図 14 年齢階級別入院、外来受療率（人口 10 万人対）（歯科除く）



※令和2年患者調査

外来受療率は65歳未満で低い、入院受療率は高い

全国のデータと比較して、外来を受診する人の数が少なく、入院になる人が多いことが指摘されています。普段は医療機関にかからず、体調が悪くなり入院が必要な状態になってはじめて、受診するということが考えられています。

沖縄県の医療データ②

表3 沖縄県の平均寿命の全国順位

	1975	1980	1985	1990	1995	2000	2005	2010	2015	2020
男性	10	1	1	5	4	26	25	29	36	43
女性	1	1	1	1	1	1	1	3	7	16

※厚生労働省「都道府県別生命表」

表2 年齢階級別の死亡率（令和2年）

（人口 10 万人対）

		年齢階級別死亡率																			
		0-4	5-9	10-14	15-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-94	95-
男	値	75.9	0	7.2	22.5	48.1	38.3	70.6	97.8	203.3	255.7	383.3	638.5	924.5	1,456.9	1,820.7	3,230.6	5,325.6	8,348.1	15,033	28,833
	順位	42	1	17	13	16	4	31	44	47	47	47	46	45	44	10	17	6	1	1	10
女	値	61.2	2.4	7.4	7.9	35.2	13.6	33.4	57.3	93.4	142.3	221	247.5	388.7	496.3	758.7	1,447.6	2,606.5	5,088.7	9,482.8	22,869
	順位	43	7	27	6	39	6	31	41	44	43	47	36	44	19	12	25	5	1	1	1

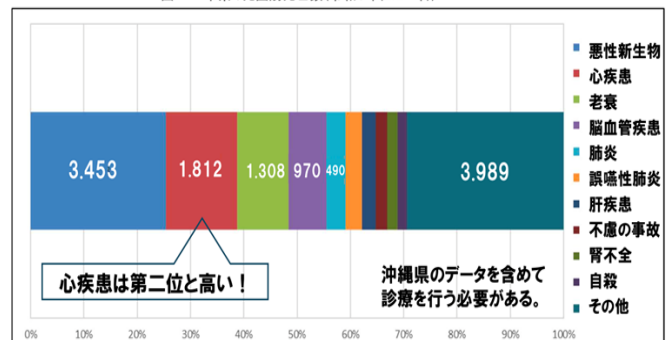
80歳以上が長寿、35～69歳が短命 → この年代は働き盛りで職場の重要な立場のことが多い。年齢階級別では45歳～54歳と55歳～64歳の死亡率が特に高く、全国の約 1.5 倍

※青：上位5位

沖縄県は働き盛りの健康度が悪く、他の都道府県と比べてその年代の死亡率が高いことがわかっています。

沖縄県の医療データ③

図 10 本県の死因別死亡数（令和3年(2021年)）



沖縄県の死因別死亡数でみると、がん、心疾患、老衰、脳血管疾患、肺炎の順になっています。老衰以外は健診を受ける・医療機関に通うことで防げる病気とも言えます。

3、受診しない人の理由

受診しない人の特徴

- ・動悸があるけど、困ってない。
- ・健診で心電図異常を指摘されているけど、困ってない。
- ・かかりつけの医療機関からこんなになると聞いてない。
- ・心臓の検査を受けても、意味ないと思った。
- ・医療機関を受診したら、すぐに検査や治療を勧められるのが嫌。
 - 日常生活を送れている人は受診しない傾向にある。
 - 自分たちが対応できるのは、医療機関を受診した人のみ。
 - 対応しないといけいない人はもっと多いと予想される。

自覚症状が出た時で受診は大丈夫？

- ・心臓の病気で通院患者さんで、たまたま特定健診をやると癌が疑われ、精査目的で首里城下町クリニックから紹介して治療となることが度々ある。
- ・病気には段階がある。癌も初期の段階で見つかる場合と末期で見つかる場合、対応が全然違う。
- ・心臓の場合はイメージがつきにくい。
 - 心臓疾患で自覚症状が出た時は、心不全となっている可能性あり！
 - どうやったら医療機関を受診しやすくなるのか？

4、受診が必要な人

循環器疾患を疑う症状

- ・胸が痛いのが数時間持続している →急いで受診し、まず心電図
- ・運動時に痛い、安静で改善 →とても急ぎでないが、心電図が必要。
(増悪時は安静時も胸痛)
- ・夜間寝る時に胸が苦しくなる。→+体重増加や浮腫があれば心不全の可能性
- ・起床後に良くなる。→当日に医療機関へ。心電図と胸部レントゲン、
程度で採血の必要性や救急搬送。

循環器疾患を疑う症状

- ・安静時や夜間の動悸 →不整脈の疑いで、時間のある時に医療機関へ
- ・意識消失 →意識無くなった時に周囲にいた人と一緒に受診。
心電図をとって意識を無くした時の状況と、その時の
自覚症状を聞くことがメイン。

代表的な症状なので、身に覚えがありませんか？

5、受診したい医療機関

どうやったら医療機関を受診するのか？

1. 待ち時間がない医療機関
 2. お金がかからない医療機関
 3. 夜までやっている医療機関
 4. 対応が優しい医療機関
 5. 受診したら今後どうなるのか、教えてくれる医療機関
- これどうにか出来そう！



頑張ります。

循環器外来で行う検査

採血	受診当日可	心電図	受診当日可	心エコー	1ヶ月前後待ち
					
レントゲン	受診当日可	長時間ホルター心電図	自覚症状に応じて		
					

まとめ 受診を迷ったら

- ・自覚症状が続いて、日常生活に支障をきたしたら**受診**
- ・自覚症状が続かないが、日常生活に支障をきたしたら**受診**
- ・自覚症状がないが、健康診断で受診を勧められたら**受診**
- ・テレビやインターネットで不安を感じたら**受診**
- ・症状に応じて検査は異なるが、多くは首里城下町クリニックでも対応可能。
- ・相談したい内容があればあるだけ、外来は時間がかかる。
初めて受診する人は何に困っているのか、確認するだけで時間がかかる。
時間通り終わらないことが予想されるので時間には余裕をもって来院を。



健康にも投資をしましょう！



第254回 首里城下町クリニック地域むけ医療講演会

テーマ：『ドキドキにご用心！

YouTube 配信

心房細動の早期発見と最新治療』

日時：令和7年8月13日（水） 午後7時配信

講師：琉球大学病院 第三内科 医員 山城 俊樹 先生



その他クリニックに関しては HP をご覧ください <http://www.shuri-jc.jp>

首里城下町クリニック『働く人健康支援室』は、



産業医・内科医
高血圧が専門です
田名 毅

あなたの 健康相談窓口 です！

相談窓口

産業医は、あなたの職場とそこで働く人々の心とからだの健康を支援します。

★訪問日を設けている事業所の職員は、お気軽に訪問日をご活用下さい。

★クリニック内の『働く人健康支援室』では健康相談を行っています。

診療との調整が必要です。事前にお電話の上、いらしてください。

“産業医や保健師と面談希望”とお話してください。

★診察や検査の必要がない限りは無料です。

★その他、電話やメール相談も随時行っています。



保健師・産業カウンセラー
キャリアカウンセラー CDA
公認心理士 田名彩子



保健師・産業カウンセラー
キャリアカウンセラー CDA
與儀雅代



連絡先

首里城下町クリニック 働く人健康支援室
098-885-5000

携帯 080-4312-9200(田名彩子)
メール sien@sjc.dr-clinic.jp(働く人健康支援室)

プライバシーは守ります。
お気軽にご利用下さい！