



だな～
Dr田名の産業医だより 2025 年 8 月



産業医 田名 毅
首里城下町クリニック

ドキドキにご用心！

心房細動の早期発見と最新治療

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、「ドキドキにご用心！ 心房細動の早期発見と最新治療」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) 医員 山城 俊樹 先生に講演をお願いしました。以下ご講演の内容の要約を紹介します。

心房細動とは？ 治療が必要な不整脈です！

- 正常の心臓は、安静時で1分間に60～100回、規則的に拍動します
- 心房細動は心房が細かく動き、その拍動が1分間に300回以上となり
- 速く不規則に心臓が拍動します



心臓は4つの部屋からできています。

一般社団法人
日本不整脈心電学会
Japanese Heart Rhythm Society

心房細動の分類

発作性心房細動・・・持続7日以内

持続性心房細動・・・持続7日以上

長期持続性心房細動・・・1年以上経過しているが

除細動を考慮しうるもの

永続性心房細動・・・洞調律維持療法を考慮しえない

心房細動、除細動不可能なもの

長く経過すると、洞調律(心房細動など不整脈がない状態)に戻せなくなる

どんな症状があるの？

- 動悸(ドキドキ)
- 息切れ(ハアハア)
- ふらつき(フワフワ)
- 倦怠感(ダルい)
- 症状なし！元気です！
- (約半数が無症状でみつける)



どうして治療が必要なの？

● 心不全

心臓のポンプ機能が低下し、全身に必要な血液を送り出せなくなった状態。息切れやむくみなどの症状が現れる

● 脳梗塞

心房細動では心房の血流がよどみ、血の塊(血栓)ができやすくなる。血栓が飛んで脳の血管が詰まって血液の流れが悪くなり、脳の細胞が死んでしまう脳卒中の一種で、日本では死因の上位を占める重要な疾患

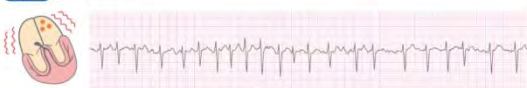


どうやって見つけるの？

- 12誘導心電図
- 病院受診、健康診断



心房細動 (AF: Atrial fibrillation)



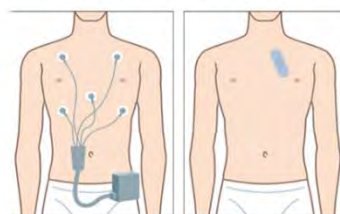
聴診で脈の不整がわかり、心電図で確定診断に至ることが多いのですが、半数は無症状で経過するため、たまたま健診で見つかることもあります。

重篤な合併症をきたしうる心房細動だから治療が必要なのです

発作性心房細動のように時々不整脈が出る場合の検査 24 時間ホルターが通常ですが、最近では 7 日間装着するホルター心電図ができました

7日間ホルター心電図って？

コードもなく、貼り付けたまま生活して7日間記録ができる



早期発見にはどうしたらいい？

●血圧測定

- 安静でも普段より脈が速くなった
脈拍のマーク表示が一定でなく不規則になったなど
- 機種によっては脈の不整を表示してくれる
- 不整脈の詳細な種類までは特定は難しい

●検脈

- 最も簡便
- 不整脈の詳細な種類までは特定は難しい



スマートウォッチ



Apple watch



HUAWEI watch



Garmin

この3社の心電図アプリが現在日本で厚生労働省の医療機器認定を受けている

いつもの違いに

気づくため、いつもの脈拍を知っておく必要があります

アップルウォッチ

心房細動を検出する正確性などを報告している論文が多数あります。このような**最新の機器**で心房細動を早期に発見することは重篤な病気を予防することに繋がります

Apple watchでの心房細動検出

CENTRAL ILLUSTRATION: Diagnostic Accuracy of Apple Watch Electrocardiogram for Atrial Fibrillation: A Systematic Review and Meta-Analysis



Shahid S, et al. JACC Adv. 2025;4(2):101538.

Apple Watch ECG



心房細動の人の95%を見つけれ
心房細動でない人の95%を正しく見分けられる

心房細胞発症要因として、心臓に由来するものは、心不全、狭心症、心筋梗塞、弁膜症、高血圧などがあります。

心臓に由来しないものは、加齢、肥満、糖尿病、飲酒や喫煙習慣、睡眠時無呼吸症候群、ストレス、甲状腺機能亢進症などがあります。特に**肥満**は心臓に由来する発症リスクを重ねる要因となります。肥満の改善は心房細動の予防で重要です。



心機能の維持・悪化予防

カテーテルアブレーション

治療のゴール

心機能の維持・悪化予防

症状の改善・QOL 向上

脳梗塞の予防

持続的な心房細動があると心房が拡大・線維化し、心不全が進行する。
適切な治療により、心機能の温存・改善が可能。

薬物治療: レートコントロール β遮断薬(ビソプロロール, カルベジロール)
カルシウム拮抗薬(ベラパミル, ジルチアゼム)
リズムコントロール 抗不整脈薬(アミオダロン, ビルジカイニドなど)

非薬物治療: カテーテルアブレーション(高周波, バルーン, **パルスフィールド**)
外科的アブレーション(MAZE術, **ウルフ-オオツカ法**)

心房細動のアブレーション



パルスフィールドアブレーション

NEW

NEW



Reddy VJ, et al. J Am Coll Cardiol 2019;74:315-26.

NEW



食道に関連する合併症 横隔神経麻痺
心筋細胞への選択性が高く、周囲の血管や神経を傷害しない
上記の合併症のリスクが低減

原因となる異常な電気信号を出している部分を、電気的に隔離する

薬物治療として、抗凝固薬で血栓を防ぐ
リクシアナ エリキュース
イグザレルト プラザキサ
ワーファリン

年齢、体重、腎臓の機能に併せ調整します。
脳出血や消化管出血の合併症が続く場合は非薬物治療を行います。

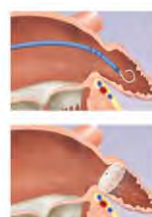
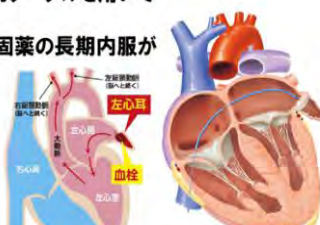
非薬物治療

経皮的左心耳閉鎖術(WATCHMAN™)

胸腔鏡下左心耳切除術

侵襲が少ない
最新の治療

- 血栓が生じる左心耳にカテーテルを用いて蓋をする治療。
- 出血合併症などで抗凝固薬の長期内服が困難な患者さんが対象



2022年に保険適用となった
ウルフ-オオツカ法: 胸腔鏡を用いて低侵襲で左心耳切除と肺静脈隔離を行う治療



動悸、息切などの不整脈を疑う症状で困った方がいらっしゃればどうぞご相談ください。



第255回 首里城下町クリニック地域むけ医療講演会

テーマ：『これから沖縄県民が
コロナとどう向き合うか』

YouTube 配信



日時：令和7年9月10日（水） 午後7時配信

講師：首里城下町クリニック第一 田名 毅（産業医）

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！