

苦小牧市医師会
医師

滝上 善市

“突然死”から 身を守るために

一昨年、厚生省が壮年期死亡の概況と題する報告をしていました。三十歳以上六十六歳未満の病死例についての聞き取り調査で、一週間の経過で死亡した急死は、全死亡例中一二%、つまり働き盛りの死亡の八人に一人は突然死であると報告しています。また、別の調査ではわが国の突然死は年間約七万―八万人と推定されています。

心臓病、脳卒中の予防を

死(千余名)の調査では、虚血性心疾患、大動脈瘤(りゅう)破裂などの心・血管系疾患は全体の約六五・六%、脳出血、くも膜下出血などの脳血管系疾患が約一三・六%、慢性アルコール性肝疾患などの消化器疾患は約七・六%、気管支喘息(ぜんそく)などの呼吸器疾患が約三・五%、青壮年急死症候群、俗称ポックリ病が七・九%と報告

突然死は発病から二十四時間(または一時間)以内の予期しない病死と定義されています。今日はこの突然死について考えていきたいと思えます。まず、どのような病気で起こるかをみます。戦後、東京に監察医務院制度が導入され、行き倒れや原因不明の死亡者に行政解剖が行われるようになりました。その施設における一九八九年の突然

されています。要するに動脈硬化による二大成人病の心臓病、脳卒中が突然死の約八割を占めています。男女比は約4対1で男性に多いのが特徴です。以上、突然死から身を守る第一は動脈硬化、つまり心臓病、脳卒中を予防することです。また、その努力は家庭ではたくましい父親により重要となります。心臓病、脳卒中は職場のストレス、喫煙、

欧米型の高脂肪食、運動不足、肥満、高血圧、高コレステロール血症、糖尿病など動脈硬化を促進させる危険因子によって引き起されることが多くの研究で明らかになっています。日々の生活習慣を危険因子の是正の方向に変えていくこと、検診などを受け、自分の健康状態をチェックしておくことが大事です。次に突然死が予知可能かとい

救急処置の開始時間と救命率

心肺蘇生術の開始時間	機器・専門家の到着時間	救命率
4分以内	8分以内	43%
4分以内	16分以上	10%
8~12分	8~16分	6%
8~12分	16分以上	0%
12分以上	12分以上	0%

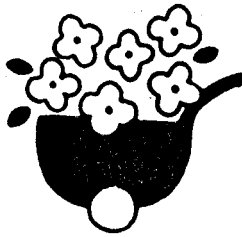
(Seattle Heart Watch)

“突然死”から 身を守るために

う点について考えてみます。突然の予期せぬ死ということから矛盾するようないことになりませんが、前述の厚生省の報告で、突然死例の約七割で、発症前に胸の痛みや冷や汗、全身のだるさ、疲労感、頭痛、肩や首のこり、手足のしびれなどの異常を家族に訴えています。つまり、多くの場合、何らかの前兆があったということなのです。特に種々のストレスの中で、前記の症状が初めて、または突然に出現した場合には最寄りの医師の診察を受ける精神的、時間的余裕をもってほしいものです。

最後に救急処置の重要性について考えてみます。別表は一般市民への心肺蘇生(そせい)手術の啓蒙(けいもう)を行っている米国シアトル市での心停止患者の救命率を示しています。四分以内に救急処置を始め、八分以内に専門家が到着して適切な処置をとれば四三%が救命されるが、これを過ぎると救命率

は一〇%未満におちると報告されています。学校、職場、医師会などで実演される救急処置法をぜひ知っておきたいものです。



お問合せは、苦小牧市医師会
電話 33-4720へ