

新型 3 つの恐ろしい病気

千葉西総合病院 院長
医学博士 三角和雄

忍び寄る！新型の 3 つの恐ろしい病気、その見分け方と予防法
新型の恐ろしい病気とは？

心臓の病気、 大腸の病気 肺の病気

心臓の病気

怒りっぽくせっかちな A さんは、怒ると時々心臓がパクパクする感じがしていた。
そんなある日
明け方 4 時ごろ急にうなり声を出し、苦しがっていたため家族が声をかけたが何の
反応もなく、尿を漏らしていた。直ぐに救急車で運ばれたがもう手遅れの突然死！
その原因は、

ブルガダ症候群

1992 年、ベルギーのブルガダ医師が学会に発表した病気

突然死を起こしやすい危険な不整脈

その見分け方と予防法 新型の心臓、大腸、肺の病気

* ブルガダ症候群には、3 つ特徴がある。

- (1) 診断が非常に難しい
- (2) 治療が難しい
- (3) 不整脈が死に直結してしまう

他の不整脈は起こったらすぐ死亡ということはないが、ブルガダの場合は命に
直接関わってしまう。

心臓病にはいろいろある。心臓には 4 つ部屋があり、部屋と部屋の間には弁が
ある。また、心臓の筋肉がある。心臓はポンプだから大動脈という血管から脳と
か、心臓自身とかに血液を送る。そこで、それぞれに病気がある。弁の働きが悪
かったら弁膜症、心臓の筋肉が悪かったら心筋症、裕次郎さんがなくなった大動
脈瘤、心臓の血管が詰まれば狭心症、心筋梗塞、これらのそれぞれ治療法がある。

ブルガダの怖いところは、心臓の弁とか心筋等は全く異常がない。どんなレン
トゲンを撮っても判らない。心電図に出ればブルガダということがわかるが、心
電図にブルガダの波形がなくても起こる。ないと手掛りがない。

遺伝子に関係がある。薬が効かない。心臓のどの部分にも異常が見られない。
これではどうしようもない。

治療法は、普通の不整脈と違い電気ショックを与え、今空港とか各所に設置してあるこの小さいもの埋め込み型……これが唯一の治療法。

関西医科大学のグループの調査

健康診断で、心臓に異常なしだった人の約2%にブルガダ症候群の心電図波形が認められた。

ブルガダ症候群の90%近くが、働き盛りの30~50代でしかも、日本人に多い！すなわち、日本は発見率が高い。

突然死を招くブルガダ症候群の前ぶれとは、

- その1 頭がボーッとする。
- その2 めまいやふらつきがある。
- その3 胸がパクパクしたり、違和感がある。
- その4 睡眠中に、突然うなり声をあげたり、失禁したりする。

このような症状があったら病院で検査のこと。

- * 注目情報：おこりっぽく、周囲の人間に敵対的な人は、脈が突然速く不規則に打ち始める心室細動(ブルガダ症候群)を起こす率が高いことが分かった。
(2004年3月 アメリカ心臓協会)
いわゆるA型の性格。競争心が強く向上心が強い、頑張り屋も関係する。
- * 突然死を招くブルガダ症候群を予防するために、摂ると良い食品は、
キノコ類
不整脈の原因となるアドレナリン、カテコールアミンというホルモンの一種が怒ったり、焦ったりすると出てくるが、キノコ類はそういう物質を抑える作用がある。
- * 突然死を招くブルガダ症候群を予防するために大切なことは、
睡眠
カテコールアミンは、睡眠中はあまり出てこない。睡眠不足になると過剰になる。運動は直接関係ない。
- * **突然死を招くブルガダ症候群は、身体を冷やすとなりやすい。**
寒い所に居ると身体がブルブルふるえるが、これはアドレナリンの作用である。熱を身体の中で作っている。だからそういう状況は極力作らないことが大切。

- * **まとめ**：忍び寄る！新型怖い病気、**突然死を招くブルガダ症候群の予防法は、キノコ類を積極的に食べる。**
睡眠をたっぷりとる。
身体を冷やさない。

大腸の病気

新型大腸ガン：デノボー

症例（Bさん 58才・主婦）

Bさんは、半年前から頑固な便秘に悩むようになり、排便後よくティッシュに血が付いていることに気づいた。これを痔と思って放っておいた。

そんなある日、急に下腹部が膨らみ、激しい腹痛で緊急入院することになった。内視鏡検査をしたところ進行ガンになっており、2ヶ月後に亡くなった。

その原因は、

新型大腸ガン、**デノボー**

従来の大腸ガンはポリ - プに始まり、また進行が遅いので半年か1年毎に検査すれば判るが、デノボーは非常に進行が早く、ポリ - プにならない状態を飛び越してガンになってしまう。日本人が初めて発見した。

新型大腸がん“デノボー”とは、

ラテン語で新しく生まれるという意味

検査でも見つけにくい上に、進行が非常に早く、性質の悪い大腸ガン。

通常のカンだと腫瘍が膨らんでいくが、デノボーは平らまたはへこんでいるので判りづらい。

進行が早い新型大腸ガン“デノボー”の**前ぶれ**。

その1 寝汗をかく。

その2 食欲があるのにどんどん体重が減ってくる。

その3 下腹部が急に膨らむ。

その4 排便後、ティッシュに血がつく。

このような症状があったら**病院で要検査**

- * 注目情報：葉酸 + 乳製品(牛乳)は、腸粘膜の細胞代謝に欠かせないビタミンで、腸粘膜に悪性のガン細胞を造らないようにすることが判った。(2004年日本癌学会)
デノボーを予防する食べ合わせ：
葉酸 + 乳製品
葉酸を含む食品：レバ - 、アスパラ、ホウレンソウ、ブロッコリ - 、**イチゴ**

乳製品：牛乳、ヨーグルト、チーズ

欧米の約 53 万人の健康状態を 10 年間にわたり追跡調査

牛乳を 1 日 250ml 以上飲む人たちはガンの危険度が 15% 低く、カルシウムを 1 日に 700mg 以上摂取する人たちは危険度が 20% 程度低かった。(ハーバード大学)

牛乳とよく合うもの **イチゴミルク** (牛乳とイチゴ)

牛乳そのものより、カルシウムを添加するとより効果的。

- * デノボーであれ、またデノボーでなくても、大腸ガンというのは食事が脂肪分を多く摂るとなりやすい。脂肪を摂ると肝臓から胆汁が出てくる。その中に胆汁酸が含まれているが、胆汁酸が全部消費されてしまえば良いが残ってしまうとこれが発がん性と関係がある。カルシウムは、その胆汁酸と一緒に体外への排出を促進する効果がある。

- * 進行が速い新型大腸ガン “デノボー” の予防法

1 日に牛乳 1 杯とイチゴ 5 個くらいを摂る。(イチゴミルク)

お風呂上りに 腹横筋マッサージ、立った状態で腹横筋(横に走る筋肉)を脇腹からへそへ往復 15 回さする。

肺の病気

新型肺の病気：COPD

症例 (C さん 71 才主婦)

C さんは毎年冬になると 2・3 か月は咳・たんが続いていたが、ただの風邪くらいにしか考えていなかった。

そんなある日、近所の坂道や駅の階段を昇る際に息苦しさを感ずるようになり、ゲートボール中に呼吸困難を生じるようになった。

その後酸素不足に陥り、寝たきりとなる。

その原因は、**COPD**

COPD というのは、昔は肺気腫とか慢性気管支炎のような別の名前で呼ばれたが、病気の本態が同じだということで COPD とよばれるようになった。

その殆どがタバコに関係している。大体 40 歳以上から発病する。健康な肺は、空気を吸うと気道から下の肺胞に空気が入る。COPD になると、肺胞に空気が入り過ぎて空気を吸えるけど吐けないという状態になる。

せきやたんの症状がなくてもいきなり COPD の状態になってしまう場合もある。

最終的に末期になると、酸素マスクがないと生きていけなくなる。

- * COPDとは、
Chronic Obstructive Pulmonary Disease の略
慢性 閉塞性 肺 疾患

肺機能が慢性的に低下し続け、息切れや呼吸困難を起こして最後は寝たきりになる。

COPDによる死亡者

1970年	4000人	
2003年	14000人	(厚生省)

- * COPD(慢性閉塞性肺疾患)の前ふれ
その1:息切れ 坂道や階段を上がる際にでて同世代と同じペースで歩くのがつらい。
その2:咳 起床後に多く出る。たんの絡んだ咳
(寝ているときはたんの排出ができないので夜溜まりやすい)
その3:たん 粘り気のある透明や白っぽいたん。
(細菌感染があるとたんが黄色くなってくる)

このような症状があったら病院で直ぐ検査

- * 注目情報:赤ワインに含まれるリスベラトロールという抗酸化物質は、COPDを予防することが判った。
COPD(慢性閉塞性肺疾患)の予防法
赤ワインをグラス一杯飲む。
予防するためには**腕の筋肉**を鍛えることが大切!(胸の筋肉には腕の筋肉も多い)
(重い物を持って腕の曲げ伸ばす運動を各15回づつ)