



立春を迎えて

暦の上では春を迎えましたが、まだまだ寒い日が続いております。皆様はいかがお過ごしでしょうか。

2 月は季節の変わり目で、体調を崩しやすい時期です。インフルエンザなどの感染症も依然として流行していますので、手洗い・うがいを心がけ、十分な睡眠と栄養を取って健康管理に努めましょう。

また、今月は花粉症の症状が出始める時期でもあります。早めの対策が症状の軽減につながりますので、気になる症状がある方はお早めにご相談ください。



社会医療法人春回会 井上病院
循環器内科 部長
富地洋一 医師 監修

心房細動は、心臓の不規則な動きによって起こる不整脈の一種で、日本では約 100 万人以上の患者さんがいると推定されています。高齢になるほど発症しやすく、80 歳以上では約 10 人に 1 人が心房細動を持っていると言われています。

心房細動とは？

正常な心臓は規則正しいリズムで拍動していますが、心房細動になると心房（心臓の上の部屋）が小刻みに震え、不規則に動くようになります。その結果、心臓全体の動きが不規則になり、様々な症状や合併症を引き起こします。

主な症状

*自覚症状がある場合

- ・動悸（ドキドキする、脈が乱れる）
- ・息切れ、呼吸困難
- ・胸の不快感、痛み
- ・めまい、ふらつき
- ・疲れやすい、だるい



*心房細動の約半数の方は自覚症状が無く、健康診断やほかの病気の検査で偶然見つかることがあります。症状が無いからといって安心できません。

心房細動の怖さ

心房細動がある方は、ない方に比べて脳梗塞になるリスクが約 5 倍高いと言われています。

なぜ脳梗塞が起こるのか

- 心房が不規則に動くことで、心臓の中で血液がよどむ
- よどんだ血液が固まって血栓が（血の塊）できる
- その血栓が血流に乗って脳に運ばれる
- 脳の血管が詰まって脳梗塞を起こす



心房細動を起こしやすい人

- ・高齢の方（特に 75 歳以上）
- ・高血圧の方
- ・心臓病がある方（心不全・弁膜症など）
- ・糖尿病の方
- ・甲状腺機能亢進症の方
- ・肥満の方
- ・睡眠時無呼吸症候群の方
- ・過度の飲酒習慣がある方



治療方法

治療方法には大きく分けて 2 つの目的があります。

1. 脳梗塞の予防（抗凝固療法）
2. 心拍数のコントロール・リズムの管理



日常生活で気を付けること

規則正しい生活を

- ・十分な睡眠
- ・ストレスをためない
- ・過労を避ける

食生活の改善

- ・塩分を控える
- ・バランスの良い食事
- ・過度の飲酒は避ける

適度な運動

- ・激しい運動は避ける
- ・ウォーキングなどの軽い運動を続ける
- ・医師と相談しながら運動量を決める



禁煙

定期的な受診

- ・症状が無くても定期的に受診する
- ・処方された薬は自己判断で中止しない
- ・新しい症状が出たら早めに受診

こんな症状があったらすぐに受診を

突然の激しい動悸・胸痛や胸の圧迫感・激しい息切れ・意識が遠のく・言葉がうまく話せない・手足に力が入らない

〒850-0045

長崎県長崎市宝町 6 番 12 号

TEL 0570-09-1014

<https://inoue.shunkaikai-group.jp>

井上病院
社会医療法人 春回会



外来担当医師予定表

2026年2月

診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
内科 総合内科	午前	井上 聡	橋本法修 総合内科		大塚理佳子		
		原田直樹 総合内科					
	午後		賀来 俊 禁煙・総合内科	橋本法修 総合内科	賀来 俊 禁煙・総合内科	山口 修平 総合内科	
神経内科	午前			一瀬克浩 神経内科	富田逸郎 神経内科	佐藤 悠 神経内科	
消化器内科	午前	東 俊太郎 炎症性腸疾患	大仁田 賢	桑原 愛	植原亮平	福田大毅	交代制
	午後		東 俊太郎 炎症性腸疾患	東 俊太郎 炎症性腸疾患		石田智士 肝臓内科	
呼吸器内科	午前	高木理博	吉嶺裕之 呼吸器内科・睡眠	吉嶺裕之 呼吸器内科・睡眠		田中健之 呼吸器内科・SAS	交代制 SAS
			高木理博 (第2・4週目)		高木理博		吉嶺裕之 睡眠 (第2・4週目)
			小野晋太郎 呼吸器内科・睡眠				
	午後	山下嘉郎 (第1・3週目)	小野晋太郎 呼吸器内科・睡眠	山下嘉郎 呼吸器内科・禁煙・SAS	吉嶺裕之 呼吸器内科・睡眠	田山達之 睡眠・SAS	
			道津洋介		井上知晃		
循環器内科	午前		山近史郎	山近史郎	富地洋一	河野佑介	赤司良平
							瀬戸信二 (第1・3週目)
	午後	山近史郎		山近史郎		山近史郎	
		瀬戸信二					
腎臓内科	午前			坂井正裕		坂井正裕	
	午後	平 鴻	平 鴻	坂井正裕 CKD/PD	坂井正裕 CKD/PD	坂井正裕	
糖尿病内科	午前	泉野清宏	泉野清宏	泉野清宏	泉野清宏		泉野清宏
	午後	泉野清宏		泉野清宏	磯本恵理子		
膠原病内科	午前		道辻 徹				
外科	午前	鹿島清隆 消化器外科	渋谷亜矢子 ヘルニア外来 消化器外科	鄭 暁剛 消化器外科	渋谷亜矢子 ヘルニア外来 消化器外科	濱崎景子 消化器外科	鄭 暁剛 鹿島清隆 (交代制)
	午後	溝口 聡 胸部外科		松本桂太郎 胸部外科			
整形外科	午前	川口耕平	川口耕平	川口耕平	川口耕平	川口耕平	川口耕平 (第1・3週目)
脳神経外科	午前	上之郷眞木雄	上之郷眞木雄	上之郷眞木雄 物忘れ外来	上之郷眞木雄	上之郷眞木雄	上之郷眞木雄 (第2・4週目)
皮膚科	午前			東 美智子			
	午後	東 美智子	東 美智子		東 美智子		
眼科	午前	北岡 隆 林田裕彦 築城英子 草野真央	北岡 隆 林田裕彦 築城英子 草野真央	北岡 隆 林田裕彦 築城英子	北岡 隆 林田裕彦 築城英子 (第2・4)	北岡 隆 林田裕彦 草野真央	北岡 隆 林田裕彦 (交代制)
		北岡 隆 林田裕彦	林田裕彦 築城英子	草野真央	北岡 隆 林田裕彦	北岡 隆 林田裕彦	
新患外来 (本館)	午前	池田恵理子 増田 真吾 (交代制)	大塚理佳子	原田直樹	井上知晃	橋本法修	大学医師 (交代制)

* 外来は原則予約制となっております。

AM 9:00 ~ 12:00

PM 14:00 ~ 17:00

社会医療法人春回会 井上病院

〒850-0045 長崎市宝町6-12

☎0570-09-1014