

その常識、間違っている!?

微小血管狭心症のホントはなし



微小血管狭心症と狭心症は同じ病気?

微小血管狭心症は更年期症状の一種?

微小血管狭心症は現代病?



監修 園 茂樹先生

宇部内科小児科医院院長、総合内科専門医、医学博士、1982年日本大学第一内科大学院修了、カナダ州立オンタリオがんセンター留学、徳田中央病院内科部長、千代田県方クリニック院長を経て現職。東洋医学にも詳しい。総合内科専門医として幅広い診療をモットーとする。著書に『糖尿病は脱水化合物コントロールでよくなる』(合同フォレスト)など。取材協力：ティーバック株式会社

胸やみぞおちの痛み、動悸、めまい…具体的な診断名がなかなかつかない場合、もしかするとその不調は、40～50代の女性に見られることの多い「微小血管狭心症」かもしれません。今回は総合内科専門医の園茂樹先生に、狭心症との違いや日常的な予防法などについてお聞きします。

診断が難しい微小血管狭心症。詳しい検査は循環器内科で

心臓の表面にはさまざまな太さの血管が走っています。この中で、髪の毛の直径よりもさらに細い血管の一部が詰まり、体質不良につながるのが微小血管狭心症です。明確な原因は解明されていませんが、ホルモンの乱れや高コレステロールなどが一因とされています。代表的な症状は胸やみぞおちの痛みです。太い冠動脈が詰まる通常の「狭心症」では、短時間で強い痛みを感じますが、微小血管狭心症の場合、20～30分間ゆるやかな症状が続きます。心臓の細い血管を緻密に調べなければ診断できないため、長年あいた原因不明のままになっていたり、更年期症状などほかの病気と間違えられたりすることも。病名が微小血管狭心症とわかるだけでも今後の方針が明確になるので、気になる症状があれば循環器内科で検査を受けましょう。

微小血管狭心症の対処法としては、血液の流れをよくする薬や様子を見ることになりませう。命にかかわる病気ではないものの、より重大な心臓の病気につながる可能性はゼロではないため、医師に相談しながら今後の体調をチェックしましょう。また、血管が詰まらないよう、「脂質管理をしっかりする」「喫煙や過度な飲酒を控える」「ストレスをためない」などの心がけが予防につながります。

微小血管狭心症を知っていますか?

チェックリストで確認!
その不調は微小血管狭心症かも

以下のチェックリストがすべて当てはまる場合、もしかすると微小血管狭心症かもしれません。

☑ 40～50代の女性である
男性に発症するケースもありますが、微小血管狭心症は更年期を迎える年代の女性で発症率が高い病気です。

☑ 安静時・運動時を問わず、下記のような症状を感じることがあり、一度症状がはじまると20～30分と長めに続く

- 胸やみぞおちの痛み ●肩の痛み ●吐き気
- 動悸 ●呼吸困難 ●倦怠感 …etc

☑ 上記の症状について長年悩んでいるものの、診断名がついていない

Point

「微小血管狭心症かな」と思ったら循環器内科へ、心臓カテーテル検査や、心臓MRIなどで心臓の血管を細かく検査することで診断されます。

狭心症との違い

微小血管狭心症と狭心症は異なる病気、下の表のような違いがあります。

	微小血管狭心症	狭心症
発症の仕組み	心臓の細い血管が詰まる	心臓の太い血管(冠動脈)が詰まる
症状を体験する時間の長さ	約20～30分間と比較的長い	数分～約15分間と比較的短い
患者の特徴	40～50代の女性が多い	性別、年代は関係ない
重症度	狭心症に比べると深刻ではない	心臓発症にも発展しやすく、微小血管狭心症より危険

Point

ほかにも、更年期症状や消化器系の疾患とも症状が似ていることから、微小血管狭心症はいろいろな病気と間違えられることがあります。また、「更年期症状だろう」と自己判断したままになっているケースも見受けられます。



原因と対策

▶ 微小血管狭心症は、医療の進歩とともに、近年になって診断できるようになりました。注目されはじめてからまだまだ年月の浅い病気です。女性ホルモンの乱れや、高コレステロールなどが一因となることがわかっていますが、原因については明確に解明されていません。

▶ 微小血管狭心症と診断されたら、医療機関から血液の流れをよくする薬(場合によっては漢方薬)が処方され、様子を見ることになります。

▶ バランスのよい食事を中心に行ったり、過度な飲酒や喫煙を控えたりしてコレステロール値を抑えることが予防策に、ストレスをためない生活を送ることも大切です。

Point

微小血管狭心症を放置すると、「心筋梗塞の一手手前」ともいわれる狭心症に発展する可能性があります。微小血管狭心症そのものはあまり重大な病気ではないものの、のちのち大きな病気にならないよう、予防や対策が重要になります。

微小血管狭心症にまつわる疑問



微小血管狭心症は現代病?

微小血管狭心症の症状に悩む人は昔から存在しましたが、かつては心臓を細部まで検査する環境が整っていなかったため、不調の原因が細い血管にあることを判別できませんでした。医療の技術が進歩して、微小血管狭心症という診断名がつけようになったのは最近のことです。



微小血管狭心症は更年期症状の一種?

微小血管狭心症の原因は詳しくわかっていませんが、女性ホルモンの乱れなどが原因と考えられています。動悸やめまいなどが現れる点が更年期症状と似ていて、さらに更年期を迎える年代の女性が発症するケースも多いため、更年期症状と間違われることがあります。ただし微小血管狭心症は心臓の病気、更年期症状の一種ではありません。



微小血管狭心症と狭心症は同じ病気?

微小血管狭心症と狭心症は、どちらも心臓の表面を通る血管に詰まりが生じることで発症します。ただし、狭心症は太い血管が詰まるのに対して、微小血管狭心症は直径100μm以下の細い血管が詰まる病気です。また、微小血管狭心症ならではの特徴として、40～50代の女性で発症率が高いという点が挙げられます。