2014 年 7 月 31 日　日刊ゲンダイ

シリーズ **カミさんの病気を知ろう** ⑫

閉経後の心筋梗塞

米国では女性の64%が最初の発作で死亡

心筋梗塞は、メタボな男性の病気と思いがちだが、心筋梗塞での死亡率は女性のほうが高いことをご存じだろうか。「心臓画像クリニック飯田橋」（東京・飯田橋）の寺島正浩院長はこう言う。

「心筋梗塞の場合、50歳以下は圧倒的に男性が多いのですが、65歳以上になると女性が増え、死亡率は男性より高いんです。女性は閉経すると女性ホルモンの分泌が減少し動脈硬化になりやすくなるといわれています」

心筋梗塞の多くは動脈硬化がベースで起こる。なぜ閉経後、動脈硬化になりやすくなるのか。

「女性ホルモンには動脈硬化になりにくい作用があるからです。動脈硬化の5大危険因子は糖尿病、高血圧、高コレステロール血症、喫煙、家族歴といわれています。このうちの糖尿病、高血圧、高コレステロール血症は、統計的に閉経前の女性では少数です。例外的に閉経前で動脈硬化が進む人は9割が喫煙者です。もっといえば、女性ホルモンの中のエストロゲンは、血管内にあるコーティングをはがれにくくする成分のひとつといわれています」

血管の内側には、重要なコーティングの役割を持つ血管内皮細胞があるが、高血圧や高コレステロールなどになると、それがはがれてしまい、血管がもろくなるのだという。

「女性は妊娠すると血液を大量に子供に運ぶので、血管がボロボロにならないよう、女性ホルモンが守っているのだと思われます。しかし閉経すると守ってくれるものがなくなるので男性並みに血圧も上がるし、コレステロールも上がり、糖尿病も増え、血管も傷む。ですが、女性は“今まで大丈夫だったから”と、閉経後も閉経前と変わらない生活をしてしまうんです」

閉経後は動脈硬化が進みやすい

さらに女性が重症化しやすい主な要因は2つあるという。

「ひとつは、動脈硬化や心筋梗塞は、女性には少ないという間違った思い込み。もうひとつは、心筋梗塞の自覚症状は、急な胸の痛みだと思われている点です。実際には、胸やけがする、全身がだるい、息苦しいなど、あいまいな症状が多いんです。放散痛といって心臓のある左の肩が痛くなる、歩いていると左腕が重くなる、喉がヒリヒリするといった症状だったりもします。風邪かな、と思う程度で、夢にも心筋梗塞とは考えません。女性は痛みへの対応力が高いこともあって、なかなか病院に行かない。そしてある日突然心筋梗塞が起こるんです」

米国では、男性の50%、女性の64%は最初の発作で死亡するとの統計がある。予防策は？

「早期発見のためには閉経後に一度は専門的な心臓の画像診断を受けたほうがいいと思います。結果によって、その後の生活の注意点が見えますから。動脈硬化は加齢によって必ず起こります。でも年齢相応であれば大丈夫。予防としては栄養バランスのいい食事と1日約30分の有酸素運動（週3回以上）をお勧めします」