ヘルス&ケア

# よく耳にする病気「心不全」とは？

**「心不全」は病名ではなく、いくつかの疾患が複合的に影響し、心臓が弱っていくことを言います。**

原因となる疾患には心筋梗塞や狭心症、動脈硬化、高血圧、糖尿病などの様々な**生活習慣病**が挙げられます。これらの病気に気づかなかったり、治療を怠ると心臓に少しづつ負担がかかり、心不全が進行していきます。

心不全は重症化すると怖い病気ですが、生活習慣病の予防または治療をしっかり行えば、進行を止めることが可能です。

日本心臓財団によると、心不全で入・退院を繰り返す人の多くが「塩分などの摂り過ぎ」「過労」「薬の飲み忘れ」など、**自己管理のゆるみ**が上位を占めると報告されているので、ぜひ注意したいものですね。

参考：日本心臓財団「高齢者の心不全」より