

今年も暑い夏の季節となりましたが、皆様お変わりはありませんでしょうか。

さて、退院後の患者様からいろいろな質問をいただいておりますが、今回で第4回目となりました。

### 【退院後の質問集】

**1. 手術後、1ヶ月以降であれば旅行は良いといわれていますが、2ヶ月以降では温泉も大丈夫でしょうか。それから再発はしないのでしょうか。**

大橋：温泉も可能です。過度の温泉は心臓のリハビリにもなるといわれています。のぼせないように、熱すぎない温泉に短時間をお願いします。水分補給を十分にしてください。疲れない程度をお願いします。体調が良好である場合に限りです。術後でも新機能が極端に悪い方、あるいは心臓の調子が悪いといわれている方は主治医と相談して慎重にしてください。

**2. 手術後はどんなリハビリをすれば良いですか。**

大橋：心肺機能のリハビリとして、歩行から始めて下さい。徐々に時間、強度を上げていって下さい。手術の創部に関するリハビリとしては、肩の運動、手の運動を徐々にして下さい。

**3. 手術後一年になりますが、またいつ発作が起きないか不安があります。定期的に検査を受けたほうが良いのでしょうか。**

大橋：狭心症で冠動脈バイパス術を行った患者様に関してお話しします。バイパスが詰まったり、他の冠動脈が詰まったりするいわゆる再発は誰にもその可能性はあります。1年後に数パーセントと考えています。外来にて定期的にレントゲン写真、心電図、超音波検査等で検査をする必要があります。冠動脈造影検査は当院では術後一年後にさせていただきます。症状がある場合は早めに、行う場合もあります。循環器内科から紹介していただいた患者様は紹介医の指示に従ってください。

**4. 私は心筋梗塞で大橋先生の手術を受けた者ですが、自分の子供達も遺伝で心筋梗塞になりやすいのでしょうか。もしそうならば、どんな予防法があるのでしょうか。**

大橋：遺伝子研究の進歩により現在その研究は進行していますが、心筋梗塞が遺伝するという明らかな事実はありません。心筋梗塞の発生原因は多くの因子からなっており、遺伝だけではありません。もちろんご家族に心筋梗塞の発生が多いという話しを聞くことおありますが、生活習慣、老化、そして体質と考えております。

**5. 手術後の食生活では、こういった点に気をつければ良いのでしょうか。**

大橋：術後は動脈硬化の予防のための食事となります。暴飲暴食をさけること、脂肪、糖分、塩分を少な目にとること、理想的な体重に近づくように、規則正しい食事をお勧めします。ワーファリンの作用に影響を及ぼす（例・海藻類、納豆）偏った食事は控えて下さい。

**6. 手術後しばらくタバコをやめていましたが、また吸い始めても良いのでしょうか。**

大橋：タバコは動脈硬化の進行、癌の発生が高率であることより是非禁煙を続けて下さい。

**7. 毎日の運動量ですが、どれくらいを目安に運動すればよいのでしょうか。**

大橋：1日約2000カロリーと言われております。これは1万歩の歩行または30分程度のジョギングにあたります。これを参考に動脈硬化の予防のため、頑張ってください。

**8. 術後2年になりますが、海外旅行は大丈夫でしょうか。**

大橋：経過良好であれば、2ヶ月後から可能です。





## 体験談

### 「長い急性心筋梗塞との戦い」

17年前の36歳の時に最初の急性心筋梗塞で病院に運ばれ、救急車の中で家内に救急隊の方が「心筋梗塞になったら覚悟して下さい。」と言っているのを車の中で聞いていました。でもバルーン手術で一命はとりとめました。2回目は42歳の時でした。この時は前回の経験で状態がわかっていたので、自分でおかしいと思い救急車で病院へ向かい救急車で病院へ向かい、早い処置で助かりました。あれから10年経って、ある夜、軽い梗塞が起きて、一応カテテル検査をしてもらいました。冠動脈が1本つままっていて2本細くなっていると言われバイパス手術を受けなさいと言われこれまでの内科から外科手術に変わる為、不安になってどうしようと思っ悩んでいたら主治医の先生より徳洲会病院の大橋先生を紹介され大橋先生なら間違いなく良い結果になると言われました。それから大橋先生の診察を受け話を聞いて不安は少しずつなくなり覚悟を決め手術の日を迎えました。全身麻酔の為、本人の知らぬ間に手術は終わってしまっていました。術後辛かったのは、たんを出す時でした。4、5日で楽になり術後日に日に良くなっていく様子がわかります。手術前の不安が不安が嘘のようです。今思えば手術をして本当に良かったと思っております。大橋先生をはじめ徳洲会総合病院の皆様に感謝しております。ありがとうございました。

12月の外来に病院で診察を受けました。その時、先生から心臓の検査を受けて、手術をした方が良いと言われて家に帰って家族みんなで相談しました。家族は私が手術をして1年でも長く長生きして欲しいと言われ、私も不安でしたが手術をする決心ができました。手術は1月28日に行われ無事に終了することができました。大橋先生には合計3度も命を助けていただき本当に感謝しております。その他、先生方、看護師さん、皆さんのお陰で2月6日に無事に退院する事が出来ました。先生や看護師さんお世話になりました。ありがとうございました。

12月のはじめ、いつもと変わらず早く起きて、朝食を済ませ外へ用事を済ませに5分ぐらいの所へゴミを運んで行き何だか胸が苦しくなって息が出来ないくらい冷や汗が、頭・首・顔と夏でもないのにびしょりと流れ落ちました。家へ着くまでの五分間が何と遠く感じたことか……。おまけにもどしてしまい、玄関へ入ってばったりと倒れ頭もぼんやりとはっきりせず、運良く主人が家にいたので近くの病院に行き検査をしてもらおうと心臓から通っている血管がつまっていると言われました。又、大きな病院で心臓専門の先生がいる病院へ送ると言われ救急車でよその病院へ行きました。そこにいるいる検査、手術が必要とのことで再度救急車で名古屋徳洲会総合病院へ参りました。その日のうちに手術が必要という話し声が聞こえてきて不安と恐るしさで震えがくるほどでした。

手術は知らぬうち始まり知らぬ間に終わって目を覚ました時は集中治療室におりました。左手の傷、足と胸の傷を見た時は涙がポロポロと流れ人に見られない様に手で拭っていましたが、いろいろな思いがこみ上げて悲しいやら情けないやらでした。後から聞いた話ですが徳洲会病院は有名な病院で先生方は良い先生がそろっていると聞き安心しました。看護師さん達も優しく親切で私の傷ついた心も少しずつ消えて行き思ったより早く良くなり食事でもでき、トイレも一人で行けるようになりました。その後2週間で退院出来、その時は本当に嬉しかったです。家では気ままに体を動かしたり体を休めたりして早く回復いたしました。神様が私にくださった命と思って体に気をつけて頑張っ生きていけたら幸いに思います。先生はじめ看護師さん、本当にお世話になりました。ありがとうございました。一生忘れることはありません。

昨年の12月、とても疲れやすく家で中の階段の上り下りも困難でした。12月19日には春日井～名古屋と四件はしごをし、20日は事務所へ仕事へ出かけました。その日帰宅してあまりにもきつかったので嫁に電話をしたら今、徳洲会の心臓外科は良いと聞いているので明日迎えに行くからということでした。

次の日早速出かけて受け付けで話をしたら、「内科に行って下さい。」と言われ「内科ではなく他で診てもらいたい。」と申しましたら心臓血管外科にまわしてくださいました。エコー、レントゲンを受け先生に診てもらったところ、その日そく入院・検査をして手術と言われびっくりいたしました。2、3日入院させていただき点滴を受けたら良いぐらいに思っていたのですが、点滴や薬では治らず、25日に検査を受け手術することになりました。今までいろいろ病気はしてきましたが、このように手術を受けるのは初めてで家族は皆大変心配していました。私は先生の許しを得て手術までに重要な仕事を先に済ませていたので心配無く手術を受けることができました。手術室へ入ったことは覚えていますが、後は覚えていません。気が付いたら集中治療室でした。その夜は、残っていた者が話しかけてくれましたがあまり覚えていません。2日目ぐらいから起きて食事をしてと言われましたがなかなか体がついていきませんでした。食事はわがママを言っ朝はパン、後はおにぎりが良いと言っ退院するまでそれを続けていただきました。部屋へ帰ってからもこのままでどうなるかと思っていましたが先生が言われた通り日に日によくなりました。ただ自分を過信してすぐに歩けると思い、あまり練習しなかったのはまずかったと思います。先生や看護師さん達は毎日私を励まして下されとても感謝しております。でも体の中にペースメーカーという異物が入っているのは事実なので仲良くつき合っっていくつもりです。ありがとうございました。身内の者が「早く見つけて手術していただいて良かったね。外国に行っている時にでもなったら大変だった。」と言われました。疑問点も先生の説明で納得できましたので良かったと思います。



## 「僧帽弁形成術を受けて」

7月12日に、会社の健康診断で心電図、心雑音を指摘され精密検査を勧められましたが、健康には、自信もあり仕事も忙しく盆休みに総合病院に行きました。エコー、24時間心電図で僧帽弁閉鎖不全症と診断されましたが自分では心臓がどうなっているのかまだよくわかりませんでした。TEE検査、カテーテル検査で手術が必要と言われ驚きました。MRI MRA CT検査を済ませ心臓外科がないため、徳洲会の大橋先生を紹介されました。

不安と恐怖でいっぱいでしたが、ホームページでハートセンターを知り、ハート通信、手術成績等で安心して11月22日に初診で大橋先生に直接お会いし、わからないことをいろいろ説明していただき安心して手術を受ける決心ができました。その日のうちに多数の検査を済ませていただき27日入院、28日手術と決まりました。当日、午前10時から始まり、午後2時半位には終わったそうですが全身麻酔のおかげで夜の七時位に気づき無事終わった事を知り感謝の気持ちでいっぱいでした。2日目には病棟があがれ3日目にはドレンも外れあるけるようになって見舞客を驚かせました。7日目には外泊でき9日目の12月7日には退院できました。全てのスタッフの皆様、本当にありがとうございました。

---

以前より心臓の異常は時折有りましたが、昨年の11月頃から症状が表立ってきました。カテーテル検査を受ける事となった日は、今の自分の症状を説明し、今までもらっている薬より良い物ももらうつもりで診察に来たのですが、先生のあの強烈なまでの「言葉」に乗せられたように思います。一方で、正直早く治し安心して仕事ができるようにしたいという願望があり、先生の指導に従ったのが真実かもしれません。

手術後の集中治療室における言いたい放題の私の態度には、看護師さんをはじめ皆さんに迷惑をかけたものと思います。元々、私は小心者で、皆さんの前でみっともないところを見られ、情けないと思っていたためにこのような態度に出たと思っています。申し訳ありませんでした。仕事に追われ今回の早期退院が実現したことは、大野先生が私の約束を実施し、関係各位の方々の並々ならぬ努力をしていただいたものと感謝しております。徳洲会のみなさんに深く感謝します。

---

## 編集後記

昨年、10月に行われた術後の会にたくさんのご参加を下さりましてありがとうございました。私達ハートセンタースタッフは、皆様のご健康をお祈りし、今年も熱意をもって前進していく所存でございます。今年の術後の会での再会を心より楽しみにしております。

