



# 「のど」の

# 心房細動

# 100歳まで健

**1** 声がかすれる 咳が出る むせる  
軽く考えていたら、取り

ンを撮影したところ、「影がおかしいから、精密検査をしたほうがいい」と言われたのです。  
慌てて大きな病院でCT検査を受けたところ、「胸部大動脈瘤」が見つかり、声がかすれも瘤が原因だろうと告げられたのです。まさか声の変化から大動脈瘤が見つかるとは思ってもみませんでした。驚きでしたが、破裂する前に見つかって、本当によかったです。  
破裂する前の胸部大動脈瘤は、ほとんど自覚症状がないとされているが、瘤ができた人の約2〜3割に「声がかすれる」が表れる。声帯は反回神経という器官によって動かされるが、この神経は大動脈、肺の入り口、のどを通っている。この神経が瘤で圧迫されて麻痺すると、うまく発声できなくなるのだ。大動脈瘤は破裂しないこともあるが、ひとたび破裂したら死亡率は80〜90%にも上る。

# 異変と

# 「に気をつければ、

# 健康でいられます

ゲップが出る……  
返しがつかないことに

**死の病が  
潜んでいる**  
「1年ほど前、葬式で久しぶりに会った友人に、「ずいぶんと声がかすれたな、のどの病気なんじゃないか」と言われたのがきっかけでした」  
自身の過去をそう振り返るのは、三島幸助さん（仮名、67歳）だ。  
「家内とは長年一緒に暮らしていますが、毎日顔を合わせているとこうした変化に気付きにくい。人から指摘されて、自分でも初めて自覚したので。そのときは、「歳のせいだろう」と笑って返しましたが、次第に不安になり、近所の耳鼻科を訪ねました。診断は、声帯の機能を司る反回神経の麻痺。治療はリハビリが中心で、経過観察のため、毎月その病院に通うことになりました。  
ある日、どうも痰が切れなくなり、別の内科にかかりました。レントゲ

ただの風邪か、少し疲れているだけだ——そう思って放置していた何気ない症状。実は命にかかわる病のサインかもしれない。





# 症状の組み合わせで見ると、注意すべき「のどの異変」①

のどの異変	その他の症状	疑われる病気	概要
声がかすれる	症状が1カ月以上続く	⇒喉頭がん	最も多い声門(声帯がある部分)がんで、雑音の入った、ざらざらした声がかすれやすくなる。がんが進行すると、声門が狭くなって呼吸困難になることも
	食べ物が飲み込みにくい	⇒胸部大動脈瘤	ほとんど自覚症状がないとされているが、声帯を開け閉めする神経が瘤によって圧迫されて麻痺するため、瘤ができた人の約2〜3割に声がかすれが起きる
	むせやすい	⇒肺がん	初期は症状が出にくいがんだが、腫瘍が声帯を動かす神経を圧迫したり、神経自体に広がったりすると、しわがれ声になり、息がもれ、むせやすくなる
ゲップが多い	みぞおちが痛む	⇒逆流性食道炎	胃酸や胃の内容物が食道に逆流する病気。咳や痰に加えて、肩甲骨内側の痛み、胸やけに襲われる。放置すると食道の粘膜が荒れて、食道がんのリスクが高まる
飲み込みにくい	熱いものを飲み込むとしみる	⇒食道がん	熱いものがしみるのは初期症状で次第にこの感覚がなくなる。進行すると食道の内側が狭くなり、食べ物をよく噛まずに飲み込んだときに、つかえるようになる
	片側の扁桃が腫れている	⇒中咽頭がん	口を開けたときの突き当たり付近にできる。自覚症状は少ないが、中咽頭には扁桃も含まれるので、片方の扁桃が腫れたときにがんが発見されることもある
むせる	片側の手足に力が入りにくい	⇒脳梗塞、脳出血	通常なら、脳が出す指令によってのどの筋肉が動いて食べ物が飲み込まれるが、脳梗塞や脳出血を起すと、信号の伝達がスムーズにいかなくなり、むせる



北啓一朗氏(上)、西山耕一郎氏(下)

声かれは日常にひそむ、ほんの小さな異変だ。それに気づくかどうかで、寿命は大きく変わる。声かれには、他にも死を招く病が隠れていることがある。がんだ。喉頭は、気道の入り口付近にあたり、声帯が含まれているため、喉頭がんは初期症状として声かれが出やすい。11年に喉頭がんにより命を落とした立川談志さんは、亡くなる3年ほど前から声がかすれる症状が出て、精密検査を受けたところ腫瘍が見つかった。また、つくひみさんも、がんが発覚する3〜4年前から、周囲やファンに声がガラガラになっていって指摘されていた。浦野耳鼻咽喉科医院院長・浦野正美氏が説明する。

「喉頭がんの約6割は声

## 咳を放置して突然死

のどは肺に近いだけあって、肺がんの症状も声かれとして表れやすい。医療法人社団鉄医会理事長・久住英二氏の話。「声帯を開け閉めする戻神経は、肺の入り口まで伸びています。肺門部という、肺の入り口にある太い気管支にがんができると戻神経を圧迫して、声がかすれることがあります。肺のレントゲンを撮っ

門(左右の声帯がある部分)がんです。発声器官であることから、初期段階から声がかすれるのが特徴。声かれが1カ月以上続くなら、がんを疑ったほうがいいでしょう。喉頭がんは早期発見できれば放射線治療で済む

場合もありますが、発見が遅れると、腫瘍切除のときに声を失ってしまう。さらには、位置が近いことから、がんが進行すると首のリンパ節に転移しやすく、そこから肺に転移して亡くなる人も少なくありません」

でも、肺門部は動脈や気管が密集しており、白い影がちやちやと写るだけで、異常があるのか見分けがつかない。早期発見するのが難しく、ほとんど唯一出てくる兆候が、声かれなのです」

肺がんの5年生存率はステージⅡで50%、ステージⅢで20%程度だ。検査で見つけにくいがんだからこそ、声の異変を見逃さなければ、その後の人生は大きく変わってくる。

「咳が出て、のどが痛い。熱もあるけれど、おそらく風邪だろう」。そう軽く

く考えているあなたは、突然死してしまうかもしれない。西山耳鼻咽喉科医院院長・西山耕一郎氏が、警鐘を鳴らす。

「のどと肺をつなぐ気管の入り口には、ものを飲み込むときに、水や食べ物が入りやすいように、物が気管に入らないように塞ぐ『喉頭蓋』があります。喉頭蓋が細菌やウイルスに感染して急性喉頭蓋炎を起すと、のどが痛み、咳が出て、発熱するなど風邪のような症状が出るのです」

しかし、風邪と違って恐ろしいのは、喉頭の腫れが進めば、空気の通り道が塞がって窒息死する危険性もある点です。しかも、のどの奥の炎症なので、口を開けただけでは見えません。耳鼻科の専門医が診ないと、ただの風邪だと見落されてしまい、患者さんが突然、窒息することもあります」

実際、病院にかかったにもかかわらず、急性喉頭蓋炎が見逃されて窒息

死したとして、医療訴訟が頻繁に起きる病気としても知られている。前述のような症状が続き、のどから「ヒュー」という音までしてきたなら、窒息寸前のサイン。一刻も早く病院に駆け込むことが、自分の命を救うことになる。

「急性喉頭蓋炎を起している場合、息苦しさを感ずるからわずかに1〜2時間のうちにのどが塞がることもあります」

ただちに空気の通り道を確保しないと、いけないのですが、搬送先が救命センターを持つていないような大病院でない場合、こうした適切な人工呼吸措置を受けられないことがあるのです。また、救急車で病院をたらい回しにされている間に息を引き取ることもあります」

(長尾クリニック院長・長尾和宏氏)

咳やのどの痛みは「ただの風邪」と軽く考えられがちな症状なので、と

りわけ油断は禁物だ。前出の久住氏はこう指摘する。

「横になると咳が出たり、息苦しさを感ずるけれど、起き上がると少し楽になる場合には、心不全が考えられます」

心不全とは、心臓のポンプ機能が衰えた状態のこと。横になると肺を通っている血管に血液が溜まり、それが刺激となって咳を引き起こすのだ。心不全を抱える人の約半数は突然死する。完治することははない病気だが、早く気付いて、塩分や水の摂りすぎを控えるなど、生活習慣を変える必要

がある。

「夜に咳が悪化するようならば、気管支が狭くなって、呼吸が苦しくなる状態を繰り返す、気管支喘息が疑われます」(久住氏)

喘息を持つている人は、病との付き合いも長く、自分なりの喘息との付き合い方を心得ていることが多い。だが、長年の負荷によって肺の機能が衰えているため、歳を取ると急速に病気が悪化する。実際、気管支喘息は高齢者に死亡例が多い。死亡者の約9割が65歳以上なので、注意が必要だ。

## 脳梗塞とも関係している

「近ごろ、水や食べ物を飲み込むときにむせるようになったけれど、加齢のせいだろうか。そんなふうに考えてむせ込みを放置すると危険だ。富山大学附属病院総合診療内科の北啓一朗氏は、脳梗塞や脳出血といった脳卒中のサインとして、むせ込みが表れることがある」と明かす。

「通常ならば、食べ物のがんに送られると、信号が脳に伝わって反射的にのどの筋肉に指令が伝わり、飲み込むという動作が行われる。しかし、脳になんらかの異常があると、信号の伝達がスムーズにいかず、食べ物が入り、飲み込むという動作が







れる症状がある」と伝えられたのです。息が切れて、これまで歩いていた道を歩けなくなるのは、その典型例だと聞き、驚きました」

「心房細動」という言葉は聞いたことがあるけれど、どのような病気かよくわからないという人は多いだろう。

### 三大自覚症状とは？

16年の推計では、約90万人が心房細動だと診断されているが、本人に自覚がなく、診断も受けていない「隠れ心房細動」の患者は170万人にも上ると考えられている。

女性よりも男性に多く、歳を取るとともにその数は増えていく。30代のリスクを1とすると、60代で12倍、70代で27倍にも増える。「海外の研究では、心房

細動をもつ人が1年間に亡くなる可能性は、健康な人と比べて約1.5〜2倍になると報告されています」(山下氏)

心房細動の最大の問題は、脳梗塞を引き起こすことだ。しかも、心房細動によって脳梗塞がもたらされた場合、重症になりやすく、12%の人が数日で亡くなる。小淵恵三元総理やダイエー創業者の中内功氏も、この発

作で命を落とした。東京ベイ・浦安市川医療センター循環器内科副部長・牧原優氏が説明する。

「心房が痙攣するように震えると、心臓のポンプの機能が失われて、心房内で血流が淀んで血液が固まり、血栓という血の塊ができるのです。血栓が血流に乗って脳に飛べば脳梗塞が、心筋に飛べば心筋梗塞が起きます。心筋梗塞の場合、ただちに処置を施さなければ、命に関わります」

心房細動がもたらす大病はそれだけではない。認知症のリスクも高めるのだ。「認知症の発生メカニズムは未解明な部分が多く、原因ははっきりしていませんが、心房細動を持つと、認知症の発症率が約2倍になると報告されています」(東京医科歯科大学教授・古川哲史氏)

### トイレの回数に注意

半数が、この隠れ心房細動だという。サイレント・キラールのロックバンド「クリスタルキング」の元ボーカル・田中昌之さんはこんな症状に襲われた。

「11年、自宅で急性心筋梗塞を起こしましたが、一命を取り留めました。一時は体力も落ちましたが、もう一度ステージに立ちたいという思いから熱心にリハビリを行い、発作の2週間後にはレコーディングできるぐらいにまで回復しました。ですが次第に、心臓の動悸が尋常でなく大きく

なる症状に襲われるようになったのです。しかも発作が起きると、やる気が根こそぎそがれる。テストンションが下がって死にたくなるのです。渋谷のステージの最中にも発作があり、意識が薄れたなかで歌い続けたこともありました。『何かおかしいんじゃないか』。そう思って病院を訪れたところ、心房細動だと診断されました」

心房細動が原因となつて心筋梗塞が引き起こされることもあるが、その逆に、心筋梗塞の後に心房細動が生じることもある。「やる気が出ない」、「疲れる」といった症状は加齢のせいだと考えられやすいが、実はそこには心房細動が隠れている。「やる気がなくなるのは、

もたらす心房細動。冒頭の石川さんのように、病院の検査で指摘されることもあるが、実は、これはごく稀なケース。

「心房細動が慢性化すると、頻繁に不整脈が起きますが、初期段階では、一時的に不整脈が起きて、その後は治まります。心電図検査を受けるでしょう。そのときにたまたま心房細動が起きていた、ということはおめつたにありません。そのため、初期の心房細動を見つけるのは難しいのです」(古川氏)

もし、病院で心房細動と診断されたなら、「運がよかった」と考えて対策をとろう。長年の生活習慣を変えるのは容易ではないが、塩分、お酒、タバコの量を減らすことが、心房細動の悪化を防ぐ一番の方法だ。

また、運動は予防に効果的だと思いかもしれないが、体を動かすのなら、なんでもいいというわけではない。魔の手を逃れるためには、ちよつとしたサインに気付くことが鍵となる。

「心房細動が起ると、心臓のなかで血液が滞るため、これを押しだすときに心臓に負担がかかります。その際に『心房利尿ホルモン』が分泌されるのですが、これが排尿を促すのです。夜中に何度もトイレに起きる人は、心房細動を持っている可能性があります」(前出・山下氏)

「心房細動が起ると、心臓のなかで血液が滞るため、これを押しだすときに心臓に負担がかかります。その際に『心房利尿ホルモン』が分泌されるのですが、これが排尿を促すのです。夜中に何度もトイレに起きる人は、心房細動を持っている可能性があります」(前出・山下氏)

「心房細動が起ると、心臓のなかで血液が滞るため、これを押しだすときに心臓に負担がかかります。その際に『心房利尿ホルモン』が分泌されるのですが、これが排尿を促すのです。夜中に何度もトイレに起きる人は、心房細動を持っている可能性があります」(前出・山下氏)

「心房細動が起ると、心臓のなかで血液が滞るため、これを押しだすときに心臓に負担がかかります。その際に『心房利尿ホルモン』が分泌されるのですが、これが排尿を促すのです。夜中に何度もトイレに起きる人は、心房細動を持っている可能性があります」(前出・山下氏)



元NHKアナウンサーの山川静夫さん(上)、クリスタルキングの元ボーカルの田中昌之さん(下)



「心房細動が起ると、心臓のなかで血液が滞るため、これを押しだすときに心臓に負担がかかります。その際に『心房利尿ホルモン』が分泌されるのですが、これが排尿を促すのです。夜中に何度もトイレに起きる人は、心房細動を持っている可能性があります」(前出・山下氏)

「激しい運動をしようと、かえって心房細動を起しやすくなります。軽いテニスやサッカーなど、ちよつとした遊びのつもりでも発作が出ることもある。特に、試合の勝ち負けにこだわって真剣に取り組むと興奮してしまふので良くない。

「00年、自宅で突然脳梗塞に襲われました。幸い命は助かりましたが、後遺症として残った失語症を治したい一心で、必死にリハビリを受けました。今思えば、この焦りが、かえって心臓に負荷をかけてしまっていたのです。

「心房細動が起ると、心臓のなかで血液が滞るため、これを押しだすときに心臓に負担がかかります。その際に『心房利尿ホルモン』が分泌されるのですが、これが排尿を促すのです。夜中に何度もトイレに起きる人は、心房細動を持っている可能性があります」(前出・山下氏)

「心房細動が起ると、心臓のなかで血液が滞るため、これを押しだすときに心臓に負担がかかります。その際に『心房利尿ホルモン』が分泌されるのですが、これが排尿を促すのです。夜中に何度もトイレに起きる人は、心房細動を持っている可能性があります」(前出・山下氏)

「心房細動が起ると、心臓のなかで血液が滞るため、これを押しだすときに心臓に負担がかかります。その際に『心房利尿ホルモン』が分泌されるのですが、これが排尿を促すのです。夜中に何度もトイレに起きる人は、心房細動を持っている可能性があります」(前出・山下氏)

「心房細動が起ると、心臓のなかで血液が滞るため、これを押しだすときに心臓に負担がかかります。その際に『心房利尿ホルモン』が分泌されるのですが、これが排尿を促すのです。夜中に何度もトイレに起きる人は、心房細動を持っている可能性があります」(前出・山下氏)

「心房細動が起ると、心臓のなかで血液が滞るため、これを押しだすときに心臓に負担がかかります。その際に『心房利尿ホルモン』が分泌されるのですが、これが排尿を促すのです。夜中に何度もトイレに起きる人は、心房細動を持っている可能性があります」(前出・山下氏)

命を奪つたり、寿命を縮めるような大病は、日常のちよつとした異変に潜んでいる。こうしたサインを見逃さなければ、100歳まで元気に生きることが夢ではない。



税金を7年も納めなかった男の罪と罰 これを許したら国が潰れる  
チュートリアル徳井の「脱税」が意味するもの

ラグビーW杯 リーチ マイケル、偉い! ニッポン、ここが凄かった!!

カラー 塩地美澄 女子アナの下着姿 綾とじ 永岡怜子 神に愛された裸

深層研究 巨乳の心理学 祝8強! 世界のヌード 決勝トーナメント

クイズ 誰の句か、わかりますか? 渥美清 夏目雅子 成田三樹夫 ほか



# 週刊現代

本人登場!  
NHK朝ドラ  
『スカーレット』の  
モデルは  
こんな人



台風19号から2週間が過ぎて、わかってきた

## 検証 武蔵小杉の悲劇 タワマンで何が起きたのか

中国にスパイ容疑をかけられた日本人はいま  
4年間で14人目  
そして、今度は北大教授が消えた  
そんなにダメか  
ユニクロ柳井社長「日本は滅びる」を考える  
加速する早期退職勧奨 バブル入社世代が狙い撃ちに  
50代はいらない、そう言われても…

特別定価520円  
11 | 2・9  
Weekly Gendai  
2019  
November

死とは何か、まずはそこから知る  
死ぬ瞬間、何を思うか—あなたは考えていますか  
死んだあとの世界をどう考えておけばいいか  
残念な死に方だった、そう言われなかったためにしておくこと  
何をどう準備しておけば、死を受け入れられるか ほか

# よく死ぬための教養

巻頭大特集 死を知らずに死ぬなんて  
医療健康特集 「のど」の異変と「心房細動」に  
気をつければ、100歳まで健康でいられる  
山田孝之・井浦新・菅田将暉 桜井ユキ・多部未華子 平岩紙 ほか  
特別企画 最近、気に入っている男優・女優50人  
マキロイとタイガー! ウッズがやってきた  
チコちゃんに叱られちゃうかな 上級編 性的嗜好って、なーに?  
待遇も技術も桁外れ

