

心内膜リード	心筋リード
心臓の内側に電極が付いている ・血管の中から電線を挿入し心臓に到達させる ・電気抵抗が少なくジェネレーターが長持ちする	心臓の外側に電極が付いている ・直接、心臓の外側に電極を張り付ける ・電気抵抗が少し高くジェネレーターの消耗が少し早い
成人の場合は心内膜リードが原則	乳幼児、血管に問題がある方（閉塞やすでにリードが入っている方）、先天性心疾患など

*お子さんでは成長に伴いジェネレーターと心臓の距離が延びるため、最初は心筋リードで植え込みを行い、後で心内膜リードに植え替える場合があります。

手術は成人の場合、通常局所麻酔で行います。

- ① 皮下にジェネレーターを入れるポケットを作ります。
- ② 鎖骨の裏にある鎖骨下静脈からリードを挿入し、X線で確認しながら先端を心臓まで到達させます（この時、少し肩を押される感じがする時があります）。
- ③ リードとジェネレーターを接続し皮膚を縫合し終了です。

入院スケジュール

当院での一般的な入院予定は表の通りです。

- ① 初めてペースメーカーを植え込む方

	午前	午後
1日目	入院	手術（30分～1時間）
2日目	ホルタ一心電図の装着（行わない場合もある）	
3日目	ホルタ一心電図を外し退院	

- ② ジェネレーターを交換する方

	午前	午後
1日目	入院	手術（15～30分）
2日目	退院	

*抜糸はしません（吸収される糸を使います）。また、感染予防の滅菌シールが貼ってあります。外来ではがします。

ペースメーカーと日常生活

- ① 運動や食事

他の基礎疾患（狭心症、糖尿病など）がなければ特に制限はありません。

- ② 電気機器

- ・電気や磁気が直接、体に流れるものは使用を控える
(例：電気風呂、磁気ネックレスなど)

身の周りにある代表的な電気機器については表を参考にしてください。

*生活家電

ほぼ問題ない	近くで使用すると影響がある	使用を控えた方がよい
テレビ、ビデオ 電気毛布、電気こたつ 掃除機、洗濯機、冷蔵庫、 電子レンジ、ホットプレート、電気かみそり、ドライヤー、コードレス電話 など	携帯電話（注） IH 調理器具 電動工具 など	

（注）携帯電話はジェネレーターから 22 cm 離れれば大丈夫とされている。最近は電波の影響を遮断する素材を使ったジェネレーターが出ているが、ジェネレーターと反対側の耳に当てるようになります。

*仕事場など

ほぼ問題ない	近くで使用すると影響がある	使用を控えた方がよい
コピー機、ファックス、 コンピューター、無線 LAN など	空調ファン（保守点検 時）、大型モーター、変圧 器 など	エンジン部（オートバイ や自動車、草刈り機な ど）、業務用無線、溶接機、 変電設備 など

*その他

ほぼ問題ない	近くで使用すると影響がある	使用を控えた方がよい
カラオケ、自動車やオートバイに乗る、バスに乗る など	万引き防止装置（注）など	全自動麻雀台、電気風呂など

（注）万引き防止装置は立ち止まらず中央を通過するようにしましょう。

③心拍数のチェック

- ・1日1回、起床後に脈拍をチェックしましょう（設定レート以上あるかどうか）。
- ・動悸などの異常を感じたら、その時の脈拍をチェックしておきましょう。

最後に

ペースメーカーは患者さんの心臓を24時間休みなく見守り、より正常な状態に近づけてくれる頼もしい医療機器です。患者さんの中には、植え込まれていることによる生活の制限を気にされている方がいらっしゃると思います。しかし、ペースメーカーのおかげで出来るようになったことはもっとたくさんあるはずです。みなさん、是非、前向きに考えてより良い人生を楽しんでください。

Q & A

Q 1

PMを入れてから、日常はなるべく腕を上げないようしている。PMの位置がずれしていくのではないかと不安。運動したり、手を上げると電池の位置は下がるのか？

A 1

年をとると組織が弱くなり、重力でPMも下がっていく。最初は鎖骨下だが、それより下がっていく場合があるが、PMの作動に関しては問題ない。ただし、骨のあたって痛い場合は位置をずらしてもらう方法もある。

Q 2

手術後の排泄（排尿、排便）は可能か？

A 2

手術は30分位の局所麻酔なので、排泄は可能。新しい電線を入れた場合は、膀胱にカテーテルを入れる必要があるが、問題はない。

Q 3

10人兄弟のうち3人がPMを埋め込んでいる。私を含めて2人が不整脈であり「PM装着予備軍？」ではないかと不安を抱いている。

A 3

遺伝はありません。PMを入れるということは不整脈があるということだが、その他に基礎疾患（狭心症や心筋梗塞等）があるということなら心臓の病気になりやすい。おそらく小さい時から同じ食事をしている等の生活習慣が非常に似かよっているからであろう。

Q 4

ICD・CRTを植え込んでいる場合、PMと同じ日常生活を送れるか？

A 4

電気刺激を心臓に与える点では同じと言え、PMと同じでよい。ただし、基礎疾患の注意はしていただくように。

Q 5

近所でたき火、爆竹が燃え女房が第一発見者だった。火事は心臓に影響はあるか？

A 5

火事はPMに影響することはない。

Q 6

ストレスは関係するか？

A 6

ストレスは脈を速くするが影響はない。ストレスは有害な反応であり、人間は潜在意識で心拍数を上げて血行を良くする本能が働く。

Q 7

心房細動があるのでワーファリンを飲んでいるが、電池交換するときは服薬をやめるのか？

A 7

局所麻酔なので基本的にはやめなくてもよい。ただ、出血が止まりにくいので普通の方より、あざが大きく出る可能性はある。

Q 8

子供が先天性的心臓病で6年前に手術をし、先月電池交換してリード線も新しくした。思春期で胸が膨らんできたとき胸の形が奇形にならないか？

子供に病気の説明をするのは、主治医にしていただいた方がよいのか？

A 8

子供の症例があまりないのでつきりとわからないが、傷が胸の下にあるのであればうまく隠ってくれるのではないか。病気の告知に関しては、お子さんがどういうことを知りたいのか、医学的な問題としてドクターから話すのか、心の問題としてお母さんから話しをするのかを考えていった方がよい。

※他にもたくさんの質問が寄せられましたが、全文掲載出来なかつたことをご了承下さい。

会員状況

平成 22 年 9 月現在会員数 41 名

地区別会員数

地区名	人数	地区名	人数
宇都宮市	15 名	那珂川町	1 名
足利市	4 名	市貝町	1 名
鹿沼市	3 名	西方町	1 名
真岡市	1 名	上三川町	3 名
佐野市	3 名	那須町	1 名
下野市	1 名	結城市	1 名
那須塩原市	2 名	壬生町	1 名
栃木市	2 名	小山市	1 名



平成 22 年 9 月 2 日に足利方面に行きました。

初めて足利地区会員の方とお会いして、昼食をご一緒に摂り、楽しい一時を過ごしました。



足利地区会員様



昼食懇談会



友愛会館にて



ココファームにて



足利学校にて



- 障害者の J R ジパング倶楽部に加入すると（男子 60 才以上、女子 55 才以上）普通乗車券が 5 割引きの他、特急券が 3 割引きになります。

詳しくは

(財団)栃木県身体障害者福祉会連合会

TEL 028-624-8408

- 有料道路における障害者割引制度（通行料は半額）
- 税金の控除・減免制度あり
自動車税(本人のみ)、自動車取得税
所得税、住民税、相続税、贈与税等

- 公共料金の減免
N H K の受信料、公立の文化施設等の入場料



織姫神社



帰りますよ！



参加者に感想を頂きました

- 足利の会員の方に初めてお会い出来て楽しかったです
- ワンコイン(500 円)で飲んだワインとチーズが美味しかった(ココファームにて)



会員紹介



西 房美 さん

(73歳・宇都宮)

栃木県支部長

(三重県熊野市出身)

体に異変を感じたのは7~8年前。車を運転中に一瞬、意識を失うことがあり、立っていても無意識に倒れたりなどの症状が現れ、あちらこちらの病院で精密検査を受けたが異常なしの診断だった。

私は若い頃からモツ煮が大好きで、特に夏はビールとモツ煮さえあれば何も要らないという生活を送っていた。しかし、それがあだとなり、ある朝起きたら歩けないほど右足が痛くなっていた。それからというもの長年「痛風」は私の悪友となっている。

たまたま「痛風」の検査の際に医師から「24時間心電図を取ってみましょう」と言われ24時間ホルターを付けたところ、1回だけ心臓が5秒間止まっていたことがわかり、急遽、独協医科大学病院に入院し、当日ペースメーカーの植え込み手術を受けたのである。その後は意識を失うことは無くなり、長時間の運動も楽になったが、ペースメーカーを装着してからというもの左胸がチクチク痛み、何度も医者に訴えたが「ペースメーカーには関係ない」と言わされた。また携帯電話や電磁調理器などの扱いに注意が必要となり不安や悩みが多くなった。

退院時にもらったペースメーカー友の会の資料を見てすぐに入会したが、栃木県には支部が無いため本部の総会に出席した際「どのようにしたら支部ができるのか?」と尋ね、本部のご指導により全国で26番目の支部を立ち上げることができま

した。

私は現在2つの悩みを抱えております。1つは病院や市役所などにパンフレットを置かせてもらっているものの、支部会員がなかなか増えないので責任を感じています。もう1つは私事ですが、電車に乗った時など、近くで携帯電話のメールを打たれると、左胸が針で刺されるように痛くなります。会議中なども、近くの人が携帯電話をマナーモードにしているだけでも胸が痛みます。最近ではマンションやビルの屋上、その他あちこちに立っている携帯電話の基地局(アンテナ)の近くを通ると、きまつて耳鳴りや胸の痛みを感じます。自衛の為に電磁波防止のベストを購入しました。

近頃耳にする「電磁波過敏症」なのだろうか?

図書案内

予備知識なしからはじめる
やさしいペースメーカーの入門書

個人授業 心臓ペースメーカー

適応判断から手術・術後の管理まで

新

刊

監修 永井良三 東京大学教授・大学院医学系
研究科

著 杉山裕章 東京大学大学院医学系研究科
今井 靖 東京大学講師・大学院医学系
研究科

■ 本書の特徴

心電図でさえ苦手なのに、ペースメーカーなんてお手上げ!と思っているあなた。本書に予備知識や事前の準備は不要。まずは1日1章からスタート。1カ月後にはひととおりの知識を得られるはず。さらに余力のある読者には、アドバンス項目も充実。ペースメーカーを知りたい医師、看護師、臨床工学技士、臨床検査技師に最適の入門書。さあ、さっそく“個人授業”をはじめよう!

■ 目次

イントロダクション
ペースメーカー適応
房室ブロック
洞不全症候群
ペースメーカー手術
ペースメーカー機能
合併症
ペースメーカーの設定



■ A5 頁 264 2010年
定価 3,990円
(本体 3,800円+税 5%)

医 学 書 院
〒113-8719 東京都文京区本郷 1-28-23
(販売部) TEL 03-3817-5657
FAX 03-3815-7804

今年も新型インフルエンザの流行が予想されます。

★ うがい・手洗いを励行しましょう！！

★ 体調の良い時を見計らって予防接種を受けましょう！！

☆講演会予告

平成 22 年 11 月 7 日(日)

宇都宮文化会館第 1 会議室

午後 1 : 30 ~

「ペースメーカーと植込み型徐細動器(ICD)でできること」

講師 高野幸一先生

(宇都宮中央病院 内科部長)

独協医科大学病院 循環器内科 非常勤講師

★ご来場お待ちしています！！



日本心臓ペースメーカー友の会
栃木県支部のホームページ
<http://pacemaker-tochigi.jimdo.com/>

※本年度、念願のホームページが出来ましたので、是非ご利用下さい。

編集後記

初めての会報作りに四苦八苦しながら、なんとか第 1 号を出すことが出来ました。

今後、会員皆様のご意見をいただきながら、より身近な情報を発信出来る会報を作っていくたいと思いますので、ご協力のほどよろしくお願い致します。

厳しい暑さが続いた夏も終わり、これから日々寒くなってまいります。どうぞお体には十分気をつけてお過ごしください。 寺内