



Rotary  国際ロータリー2620地区

御殿場
ロータリークラブ **週報**

<http://www.gotemba-rc.gr.jp/>



御殿場
ロータリークラブ
モバイルサイト

第2466回 例会プログラム

- 例 会 場 / 東山荘記念館食堂
- 開 会 点 鐘 / 18:00
- ローターソング / 奉仕の理想
- 内 容 / 顔合わせ例会 全員

会 員 慶 事

- 夫人誕生日 / 4月20日 小野寛幸君 ご夫人 玉枝様
- 皆 出 席 / 4月19日 神谷高義君 (33年)

会 長 挨 拶

石川又英



また動物の話ですが、動物と人間の関わりの中で狩猟というものがあります。
我々が良く知っているのは犬だと思います。猪や鳥の猟では、犬が獲物を追立てて人間が捕獲する手法が使われます。昔では、殿さまが鷹を使って、鳥や兎を追いだして弓で射る鷹狩りと呼ばれるものがありました。今でもアラブの王様は鷹狩りを楽しんでいるようですが、飛行機を一機チャーターして自分の鷹を輸送することもあるそうです。流石は大富豪ですね。

人間は食料にする為だけに獲物を獲るのではなく、毛皮や羽毛を手に入れる為にも狩りをしておりましたが、近年では養殖の発達により狩りをしなくても済むようになったため、マタギの様なプロのハンターが非常に少なくなりました。現在行われている猟は、猪やカモ狩り位ではないでしょうか？ 鷹匠の方はまだおられるようですが、それでも人数は少なく、殆どがショーの様な事しか出来ないようです。



4/13の出席報告

会員数	出席計算に 用いた会員数	出席者数	暫定出席率	前々回の 確定出席率
61名	57名	53名	92.98%	100%

欠席者 (4名) 堀口廣司君・勝又安彦君・芹澤隆博君・山崎恭夫君
※やむを得ず欠席される方は、午前9時50分までにご連絡下さい。

3/30のメーキャップ

3月22日	長 泉 R C	鎌野篤志君
3月24日	E クラブ	長田富夫君
3月30日	E クラブ	豊山徹也君
3月30日	E クラブ	若林洋平君
3月30日	E クラブ	山崎恭夫君
4月2日	E クラブ	豊山 篤君
4月4日	静岡北RC	芹澤正明君



司 会
池谷正徳君



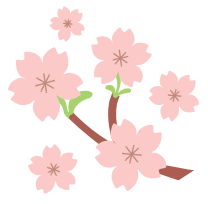
ソングリーダー
大胡田明寿君



出席報告
渡辺修司君



会員誕生日
滝口喜徳君



ROTARY SERVING HUMANITY
人類に奉仕するロータリー

次 回
4月27日
例 会

★東山荘記念館食堂 ★12:30点鐘
★若返りへの挑戦
～ズボラ男82歳の悪あがき～
根上眞一君

心不全について

富士病院 循環器内科

医師 佐藤孝典様



本日は、心不全についてお話をさせていただきます。心不全とは病名ではなく全ての心疾患の最終的な病態を表し、生命予後は極めて悪いです。心臓は生命維持に必要な酸素や栄養素等を含む血液を送り出すポンプの働きをしています。

体循環（左心室→肺以外の全身臓器→右心）

肺循環（右心室→肺→左心）

心臓から拍出される血液量は1回に約70ml程度で、心拍数が70回/分とすると、1分間の心拍出量は4,900mlで、1日では100,800回心臓が収縮し約7,500ℓを拍出します。

〈心拍出量（心臓から出される血液の量）を決めるのは4つ〉

前負荷・・・心臓に入ってくる血液量

収縮力・・・心機能

後負荷・・・血圧などの末梢血管抵抗

心拍数

前負荷とは、「拡張終期圧」をいい、心臓が拡張した時にかかる圧のことで、心臓に入ってくる血液量で決まります。心臓が対応出来れば問題はありませんが、心臓に問題がある場合には対応出来なくなってしまいます。次に収縮力ですが、これは心臓に入ってくる血液量が多くなると、心臓は収縮力を強くするように働く予備能があります、しかし心機能が低下していると、例えば心臓に入ってくる血液量が増えても、収縮力があまり強く出来ず心拍出量は増加しません。後負荷は末梢血管抵抗により心筋にかかる圧負荷なので、後負荷が高いと心臓

は収縮しても、いつも通りの血液を拍出せず、後負荷増大に対して更なる収縮力増加が必要になり、心臓の負荷が増大してしまいます。また、前負荷・後負荷・収縮力に異常が無くても、徐脈では必然的に心拍出量は低下してしまいます。心不全とは心筋障害により心臓のポンプ機能が低下し、末梢主要臓器の酸素需要量に見合うだけの血液量を拍出出来ない状態であり、肺・体静脈系または両系に「うっ血」を来し日常生活に支障を生じた病態です。

〈主な病態〉

血液を押しだせない → 低心拍出

血液がたまる → うっ血

心不全はあくまで「心不全状態」という事であって、原因となる疾病を特定することが重要となります。

〈心不全の基礎疾患〉

・全身血管障害：高血圧

・栄養障害：虚血性心疾患（心筋梗塞、狭心症）

・心構造障害

筋疾患：心筋炎

心筋症 拡張心筋症、肥大型心筋症

アミロイドーシス、サルコイドーシス、

アルコール性など

弁疾患：大動脈弁・僧帽弁/閉鎖不全症

先天性：心室中隔欠損、心房中隔欠損、

Fallow四徴症など

心膜疾患：収縮性心膜炎、心タンポナーデ

・心拍数障害：頻脈性/徐脈性不整脈

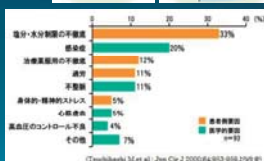
・血液変化：貧血

・酸素化障害：肺疾患（肺気腫など）

今後は皆さまも、心不全の生命予後は極めて悪いという認識を持たれ、繰り返し入院により予後は益々不良となりますので、いかに慢性期に増悪させないかが大事であり、長期予後の改善を見据えた治療が必要です。

心不全 日常生活における注意

- ・体重の増加
決まった時間に測定記録
- ・排尿回数と尿量
排尿の回数と尿量減量に注意
- ・むくみ
顔や下肢の浮腫に注意
- ・易疲労感・息苦しき
以前より増悪したら注意



慢性心不全の生活指導

- ・適切な内服薬の継続
- ・塩分を控える
軽度の場合1日7g以下、重度では3g以下
- ・症状に合わせた適度な運動（心臓リハビリテーション）
- ・十分な休養と睡眠
- ・精神的・身体的ストレスの回避
- ・水分を取りすぎない
- ・禁煙
- ・飲酒を控える
- ・感染予防



Rotary 国際ロータリー2620地区

御殿場ロータリークラブ

◎例会日/木曜日
◎例会場・事務局/YMCA 東山荘
静岡県御殿場市東山1052
電話/0550-83-1133 FAX/0550-83-1138
<http://www.gotemba-rc.gr.jp/>

会 長 ○石川 又英
幹 事 ○豊山 篤
会報委員長 ○勝又 英和