



心不全治療が新しくなりました

2025年改訂ガイドライン

2025年、日本循環器学会と日本心不全学会が合同で心不全の診療ガイドラインを全面改訂しました。

これは7年ぶりの大きな改訂で、患者様にとっても生活や治療に関わる重要な変化があります。

心不全とは？

心不全は『心臓の力が弱くなり、体に必要な血液や酸素を十分に送れなくなる状態』です。

▶ 主な症状

- ・息切れ
(特に階段や坂で)
- ・足や顔のむくみ
- ・夜間の頻尿
- ・疲れやすい



▶ 心不全にならないためにできることは

- ・塩分を控えめに
(1日6g以下が目安)
- ・毎日の体重と血圧をチェック
- ・適度な運動(散歩など)
- ・禁煙
- ・お酒は控えめ
- ・薬は忘れずに飲む
- ・定期的に病院で検査



▶ 心不全になったらどう付き合う？

- ・症状を見逃さない
- ・薬をきちんと飲む
- ・水分と塩分の管理
- ・体調の変化を記録して医師に相談
- ・無理な運動や過労を避ける



ガイドライン改訂のポイント

① 予防の強化

心不全になる前の段階から生活習慣の改善や病気の管理を重視。特に高血圧・糖尿病・腎臓病の治療が心不全予防につながると明記されました。

② 診断の分かりやすさ

血液検査で測る「BNP」という値や、心臓の働きを示す「^{しゅつりつ}駆出率(EF)」を使って、病気の進み具合をより正確に判断できるようになりました。

③ 薬の選択肢が広がった

これまで一部の患者様にしか使えなかった「SGLT2阻害薬」が、すべての心不全患者様に推奨されるようになりました。
この薬は心臓だけでなく腎臓にも良い影響を与えます。

④ チーム医療の強化

高齢化社会を踏まえ、年齢に応じた治療の工夫や生活支援の重要性が強調されています。医師、看護師だけでなく、栄養士・薬剤師・リハビリスタッフが協力してサポートします。



今回の改訂は『心不全にならないように予防する』『なっても生活の質を保つ』ことを目指しています。患者様にとっては、生活習慣の見直しと新しい薬の活用が大きな支えになるでしょう。

心不全は『心臓の弱り』ですが薬と生活習慣でコントロールできます。塩分を控え、適度な運動をするなど生活習慣を改善し、糖尿病や腎臓病を持っている方は心不全予防のためにも治療を続け、早めにきづいて、医療チームと一緒に管理することが大切です。



診療予約は
こちらから

電話予約：0799-62-5566 (診療時間内)

ネット予約：<https://ssc6.doctorqube.com/soyama-clinic/> (24時間対応)

* 携帯電話からは右のQRコードからでも予約できます *

