

お元気ですか

血栓の予防

由岐病院内科 本田 壮一

【著者略歴】

本田 壮一（ほんだ そういち）
 由岐病院院長・阿部診療所所長（兼任）
 昭和33年7月、美波町田井の生まれ。富岡西高、
 徳島大学医学部卒業。徳島大学病院内科、関連病院
 勤務後、平成17年4月より、現職。

「ワーファリン」というお薬をご存知でしょうか？
 心房細動しんぼうさいどうという不整脈では、脳梗塞・心筋梗塞などの血管がつまる病気になるないように、血栓けっせんができにくくする薬をのむことが重要とされています。血液を「サラサラに」する薬の一つが、ワーファリン（ワルファリンが正式な名前）です。しかし、ワーファリンを安全に服用するには、注意が必要です。

血液は、血管の中で固まることはないのですが、病気になるると種々のタンパク質の反応で、固まります。トロンビンなどの凝固タンパクは、肝臓でできるのにビタミンKという物質が必要です。ワーファリンは、ビタミンKと拮抗きっこうし、血液が固まるのを防ぎます。

ワーファリン服用中は、採血検査を行い、のむ量を加減します。「プロトロンビン時間の国際標準化比アイエヌアール」という検査ですが、長いのでINRと略しています。従来は、トロンボテストを行っていました。

薬の量は、患者さんにより、1錠（1ミリグラム）から、7錠と幅が広いです。また、ちょうどよい量の範囲が狭く、INRを調べながら、1ミリグラム錠の半分や4分の1錠で調整することもあります。

治療する病気によって異なりますが、心房細動の血栓予防に服用する場合、冠動脈の危険因子（表1）

を持っているかどうかや、患者さんの年齢により、INRの目標値が示されています（表2）。たくさんの患者さんの追跡調査で、血栓症の年間発症率は治療群で1.4%、対照群で4.5%と、3分の1に減少しています。

次に、食事についての注意です。食品中に含まれているビタミンKはワーファリンの作用を弱めます。納豆・クロレラ・青汁はビタミンKを多く含むので、摂取はさげましょう。健康食品にも、ビタミンKを大量に含むものがあるので、ご注意ください。

主な副作用は、出血です。また、出血の可能性のある手術、たとえば、眼科での白内障手術はくくないしやうや、歯科での抜歯、胃カメラ・大腸ファイバー検査での生検せいけん（バイオプシーともいいます）の際は、手術での出血の可能性と、血栓症のリスクを考え、休薬するかどうかを決めます。休薬の場合、7日間は必要です。

「ワーファリン」は服用の注意点が多い薬ですが、効果の高いものです。かかりつけ医に相談しながら、服用を続けましょう。

ご意見・ご感想を歓迎します。

由岐病院 FAX：0884(78)0533

表1：冠危険因子（リスクファクター）：心臓冠動脈が硬化しやすい因子

1．高コレステロール血症	7．喫煙
2．HDLコレステロールが低い	8．閉経後
3．高血圧	9．運動不足
4．男性	10．肥満
5．糖尿病	11．一過性脳虚血発作になった
6．家族歴（若年の冠動脈疾患）	12．心不全

（注： は、努力や治療によって克服することができる因子）

表2：INR：ワーファリン・コントロールの目標値

病 気	冠危険因子の有無	年 齢	I N R
心 房 細 動	リスクあり	70歳未満	2.0 ~ 3.0
		70歳以上	1.6 ~ 2.6
	リスクなし	60歳未満	（投与しない）
		60歳以上	1.6 ~ 2.6
弁膜症で、機械弁の手術後			2.0 ~ 3.0