

## 心電図検査を受けましょう

臨床検査技師 澤田 勢子

心電図とはよく耳にしますが、何が分かる検査なのでしょう？

検査中、電気が流れてビリビリするのかな？ いいえ、そんなことはありません。体に影響は何もありません。体内で心臓が動くときに、微少な電流が発生します。

その電気を記録して検査するのが心電図です。電極を両手首足首に4カ所、胸部に6カ所装着し、1分ほど安静にしていたただけで検査終了です。

## 心電図検査でわかること

● 脈がリズムよく打っているか、乱れないか↓不整脈

● 心臓に栄養や酸素を送っている血管（冠動脈）に十分に血液が流れているか↓虚血性心疾患

● 心臓の筋肉が酸素不足になっていないか↓心筋症、心肥大

● 電解質異常、内分泌障害、自律神経障害、薬剤の影響など

また当院では、安静時に正常な心電図であっても、ウォーキング程度の運動により引き起こされる

疾患（労作性心疾患）を見つけ出す検査である運動負荷心電図、さらに体動・気温差・就寝時の心電図も記録できる小型軽量の装置を携帯し、日常生活をしながら24時間心電図を記録するホルダー心電図も行っています。

重病時だけでなく、胃が痛い・肩が痛い・背中が痛いと思つているときでもその近くの心臓の病気のときがありますので、健康な状態の自分の心電図を撮っておくことをお勧めします。

心筋は手足の筋肉と同じ横紋筋で成り立っており、筋肉痛と同じように負荷がかかると弱くなっていきます。そのため、以前の健康診断で問題なしであったとしても、今現在も問題なしとは限りません。健康診断の目的は病気の早期発見、早期治療だけではありません。健康で豊かな生活を送るため、健康結果を基に自分の生活習慣を見つめ直す良い機会にもなります。ぜひ年に一度は、健康診断を受けて健康状態をチェックしましょう。

3月1日(火)～7日(月)

## 春の火災予防運動

「無防備な、心に火災が かくれんぼ」を統一標語として全国一斉に、春の火災予防運動が実施されます。空気が乾燥し火災が発生しやすい季節です。火の取り扱いには十分注意し、後始末は確実に行いましょう。

期間中、磯城消防署では、磯城婦人防災クラブ員との合同巡回広報を実施します。また、自治会などへの訓練指導を行い、火災予防の啓発を図ります。町民の皆さんも、もう一度火の恐ろしさを思い起こし、地域や家庭から火事を出さないためにはどうすればよいかを考えてみてください。

## 住宅防火 いのちをまもる

## 7つのポイント

## 3つの習慣

- 寝たばこは、絶対やめる。
- ストープは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

## 4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具や衣類、カーテンからの火災を

磯城消防署予防係 ☎ 33・2461

防ぐために、防災品を使用する。

- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する。

- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

付けてて良かった！

## 住宅用火災警報器！

住宅用火災警報器で助かった事例はたくさんあります。一日も早く、住宅用火災警報器を設置しましょう。

## 事例紹介

- ベッドで就寝中、布団が落下して蚊取り線香に接触し出火。住宅用火災警報器の警報音で目を覚まし、布団を台所の流し台に持って行き消火した。

- 居住者が2階で就寝中、部屋に設置されている住宅用火災警報器の鳴動に気づき確認したところ、椅子の上の衣類などから炎が出ているのを発見。早期に避難できたため、母親と幼児2人にけがはなかった。

※悪質な訪問販売にはご注意ください。※消防署が販売・取り付けをすることはありません。