

心不全の予防

ヘルスケア・デジタル研究部 研究員 吉田 美里

1. 心不全とは

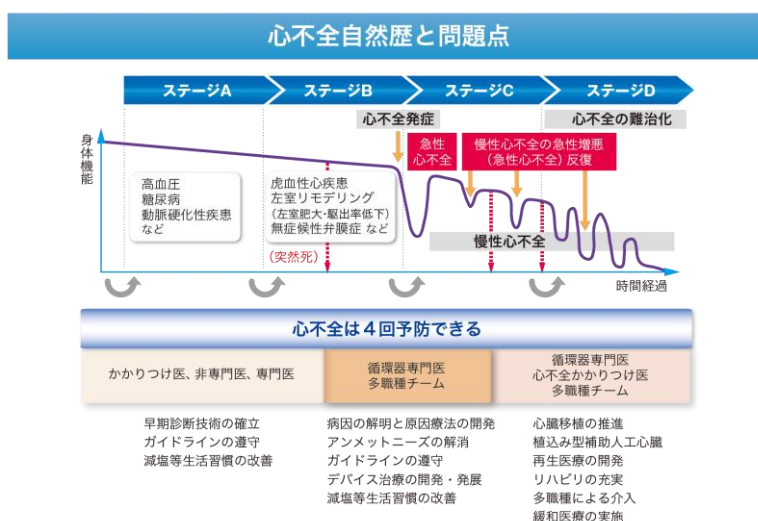
日本循環器学会と日本心不全学会は、「心不全とは、心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気」と一般向けに定義している。

心不全の概念を共有するため、図表1のような心不全の臨床経過の全体像を示したイメージを用いることも有効とされる。ここで、心不全のステージはAからDの4つに分けられるが、このステージは一方通行で後戻りができず、心不全は進行性の病態であることに留意する必要がある。

一方、心不全は4回予防できるチャンスが存在する。1回目はハイリスクステージであるAの手前の段階で、食事や運動習慣により生活習慣病を未然に防ぐ。2回目はステージAの段階で、生活習慣病をコントロールし、虚血性心疾患等の循環器病の発症予防に努める。3回目はステージBの段階で、2回目の予防対策に加え検査や治療により循環器病の進行を止め、心不全の発症予防に努める。最後の4回目はステージCの段階で、3回目の予防対策に加え入院やリハビリにより再入院を回避し、心不全の難治化予防に努めることが重要である。^(注1)

また、高齢者の心不全には心房細動、慢性腎臓病、COPD等の合併症に加え、フレイル（虚弱）という要因が加わってくる。このため、特に高齢者については、これらを総合的にケアするため、医師だけでなく多職種で介入することが重要である。

図表1 心不全の臨床経過のイメージ



出所：脳卒中と循環器病克服第二次5ヵ年計画 図表データから抜粋

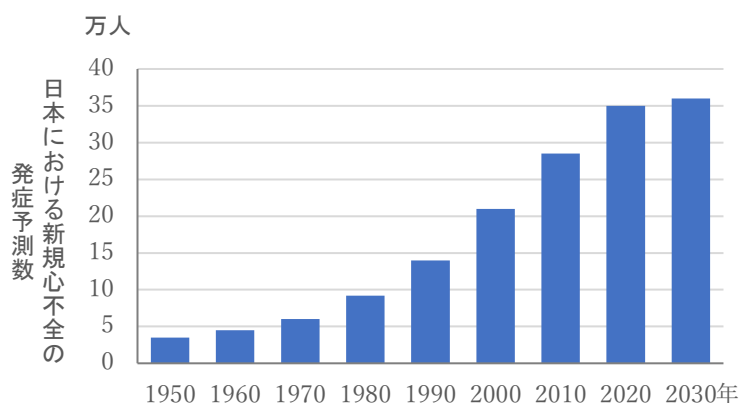
2. 心不全対策の意義

近年、わが国では、社会の高齢化や生活習慣病の増加に伴い心不全患者は増加し続け、今後も高い水準を維持すると予測される。こうした状況は、患者の爆発的な広がりになぞらえて「心不全パンデミック」とも呼ばれ、医療提供体制の逼迫や莫大な医療費の増加が懸念されている。（図表2）

また、心不全の予後は良好ではない。心不全入院患者を対象とした日本の登録観察研究（JROAD-HF）による

と、退院後1年の全死亡率は17%、心不全再入院は30.5%であった。さらに、退院後4年までの解析では、4年生存率が55.7%であり、全がんの5年生存率63.2%よりも悪く、早急な対策が求められる。(図表3)

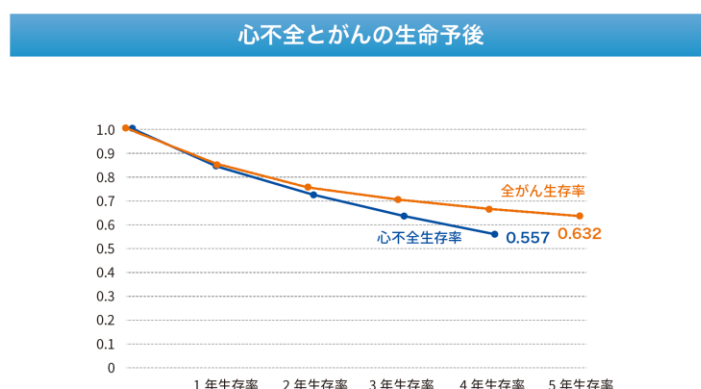
図表2 心不全パンデミック



出所: Shimokawa H, et al. Eur J Heart Fail 2015;17:884-892.

を参考に作図

図表3 心不全とがんの生命予後



出典: 全がん生存率は、全国がんセンター協議会による「全がん生存率調査」(2009年-2011年診断、実測生存率)
心不全生存率は、JROADHF 研究 (2013年登録患者 (院内死亡を除く) の実測生存率)

出所: 脳卒中と循環器病克服第二次5ヵ年計画

図表データから抜粋

3. 心不全予防における課題

心不全予防の課題において、検査、保険指導、啓発の3つの観点から考察する。

(1) 検査

心不全は、発症や重症化予防が重要であり、わかりやすい心不全の早期診断技術や重症化予防技術の開発が必要である。しかし、脳卒中と循環器病克服第一次5ヵ年計画の振り返りでも触れられているように、心不全のスクリーニングおよび重症化兆候把握のためのバイオマーカーの汎用化はまだ進んでいない^(注2)。

また、動脈硬化を上流のステージで評価し、そこに介入していくことも心不全を含む心血管イベント発症の予防において有効な手段と言われているが、人間ドックや健診オプション等の受診者数においても、男女ともにがんへの関心が高く、動脈硬化の有無を調べる検査は上位には入っていない^(注3)。

このため、これらの検査を活用した先制医療の推進と普及へ向けた調査研究を今後積極的に進めていく必要があるのではないかと思います。

(2) 保険指導

現状、保険者等への受診勧奨は高血圧と糖尿病、重症化予防は透析予防、特定保健指導はメタボリックシンドロームの予防にそれぞれ着目して実施されている傾向である。

そこで、心不全重症化予防に着目した共同事業として、吹田市と一般社団法人吹田市医師会、国立研究開発法人国立循環器病研究センターは、2020年から同意が得られた吹田市民を対象に、国立循環器病研究センターで開発したリスクスコアと心不全マーカーとを合わせた評価コメントを「心不全予防結果報告書」として、健診の結果票とともにフィードバックする取り組みを実施している。また、循環器病だけでなく他の様々な疾患予防として、塩分や適正体重等、エビデンスに基づく10項目の生活習慣にポイントを絞った新しい健康アドバイスを合わせて提供している^(注4)。

上流の生活習慣病だけではなく、下流の心不全やフレイルを見据えた予防に留意するためにも、今後もこのような取り組み含め、より包括的な現状の把握と適切な受診勧奨指針の策定が望まれる。

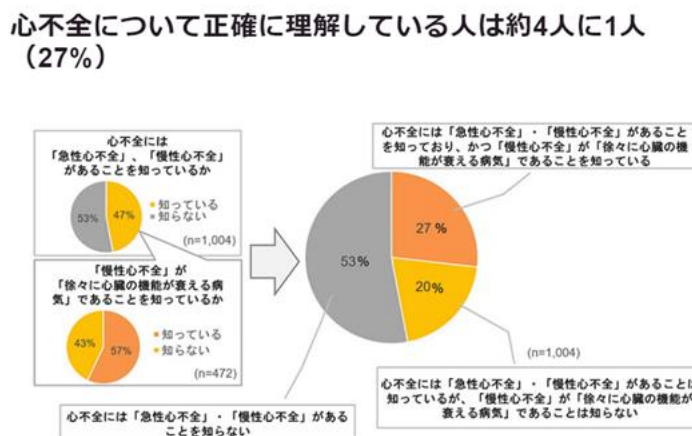
(3) 啓発

現状、心不全に対する世間の意識は低い傾向である。

ノバルティスファーマ株式会社が2020年に実施した心不全に関する意識調査のアンケート結果によると、心

不全について正確に理解している人は全体の 27%、約 4 人に 1 人にしか過ぎないということが明らかになった（図表 4）。^(注 5) また、自分や家族がかかるかもしれないと思う病気は、「がん」が 43%と最も多く、対する「心不全」は 9%だった。このことから、心不全への意識はがんと比べて約 5 分の 1 と低く、また心疾患の中でも特に低いことから、心不全を自分事として捉えている人が少ないことが示唆された。

図表 4 心不全に関する意識調査結果



出所：ノバルティスファーマ株式会社 2020 年 8 月 27 日プレスリリースより抜粋

心不全はあらゆる心疾患の終末像と言われており、原因となる心疾患も心筋梗塞や不整脈等様々である。このように、病態を簡単に説明しきれないことが、心不全をイメージしにくい一因なのではないか。また、心不全の患者は高齢者に多いことから、高齢者あるいは老衰に伴う病気であり、まだ自分には関係ないと意識が低くなってしまっているのではないかと考える。

このため、心不全の啓発を進めていく上では、前述した臨床経過のステージを用い、今の自分が位置するステージと各ステージで予防が可能であることをメディア含め社会全体で十分に伝えていく必要があると思う。

4. おわりに

循環器病の現状をふまえ、わが国では、循環器病の対策基本法として、2018 年に「健康寿命の延伸等を図るための脳卒中、心臓病その他の循環器病に係る対策に関する基本法」が成立した。さらに、同法に基づき、2020 年に循環器病対策推進基本計画が閣議決定され、「循環器病の予防や正しい知識の普及啓発」「保健、医療及び福祉に係るサービスの提供体制の充実」「循環器病の研究推進」に取り組むことで、2040 年までに 3 年以上の健康寿命の延伸、年齢調整死亡率の減少を目指すとしている。現在は、都道府県ごとにその地域事情に合わせた脳卒中・循環器病に対する循環器病対策推進計画の策定がほぼ出そろっており、今後はそれらの計画にそった成果が注目される。

また、上記の法律の成立が追い風となり、2021 年には、循環器病の患者や医療者、企業を結ぶ架け橋となる日本循環器協会が設立された。これまで循環器病領域では協会が存在しておらず、患者や企業、自治体との連携が限定的であったことから、市民や患者により近い距離での情報発信や患者や家族のサポート等を行うための新しい組織が求められていた。これらの取り組みにより、今後さらに循環器病領域の医療行政の改善や啓発の輪が広がることに期待したい。

(注1) 日本循環器協会ホームページ 資料4 設立概要 (2021 年 5 月 10 日付)

<https://j-circ-assoc.or.jp/wp-content/uploads/2021/06/%E8%B3%87%E6%96%994-%E8%A8%AD%E7%AB%8B%E6%A6%82%E8%A6%81-%E6%97%A5%E6%9C%AC%E5%BE%AA%E7%92%B0%E5%99%A8%E5%8D%94%E4%BC%9A.pdf> (閲覧日: 2022 年 2 月 8 日)

(注2) 日本循環器学会ホームページ 脳卒中と循環器病克服第一次 5 ヶ年計画 (2016 年 12 月付)

https://www.j-circ.or.jp/five_year/files/five_year_plan.pdf (閲覧日: 2022 年 2 月 8 日)

日本循環器学会ホームページ 脳卒中と循環器病克服第一次 5 ヶ年計画～第一次 5 ヶ年計画の振り返り (2021 年 12 月 20 日付)

<https://ebook.wisebook4.jp/html/jcs2018/44868/#1> (閲覧日: 2022 年 2 月 8 日)

(注3) 日本人間ドック健診協会ホームページ オプション検査における各機関の 実施状況報告 (2010 年 4 月付)

<https://kenshin.gr.jp/news/pdf/option.pdf> (閲覧日: 2022 年 2 月 8 日)

(注4) 国立循環器病研究センターホームページ 吹田市健診受診者を対象とした心不全重症化予防対策に係る協定書の締結～” 健都” 循環器病予防プロジェクト～ (2020 年 10 月 23 日付)

https://www.ncvc.go.jp/pr/release/20201023_press/ (閲覧日: 2022 年 2 月 8 日)

(注5) ノバルティスファーマホームページ 日本人の心不全に関する意識調査を実施 ～心不全を正確に理解している人は約 4 人に 1 人～ (2020 年 8 月 27 日付)

<https://www.novartis.co.jp/news/media-releases/prkk20200827> (閲覧日: 2022 年 2 月 8 日)

※本レポートは、明治安田総合研究所が情報提供資料として作成したものであり、いかなる契約の締結や解約を目的としたものではありません。掲載内容について細心の注意を払っていますが、これによりその情報に関する信頼性、正確性、完全性などについて保証するものではありません。掲載された情報を用いた結果生じた直接的、間接的トラブルや損失、損害については、一切の責任を負いません。またこれらの情報は、予告なく掲載を変更、中断、中止することがあります。

●照会先● 株式会社 明治安田総合研究所 〒102-0073 東京都千代田区九段北3-2-11 TEL03-6261-6411