

# JR ほすぴたる

第281号  
2024年10月号  
発行責任者  
事務部長

HAPPY  
HALLOWEEN

## 今回は心電図のお話です

【循環器内科 湊谷 豊】



### 心電図の歴史から…

心電図検査は健康診断や病院診療の場で行われる頻度が高い検査で、皆さんも受けたことがあるかと思います。

心電図は心臓の内部を伝わる電気刺激を描いたものですが、その心電図を記録する装置である心電計は、オランダ人医師アイントーベン(Willem Einthoven:1860-1927年)が考案し、1903年世界で初めて心電図記録に成功しました。その時の心電図と300Kgを超える大掛かりな心電計は、医学と天文学を中心にしたオランダの科学史博物館であるブールハーフェ博物館(Boerhaave Museum)に展示されています。

その心電図は驚くべきことに今日のものと同レベルで描かれていました。心電図の特徴的な波形部分にP、Q、R、S、Tの符号をつけたのもアイントーベンで、その符号は現在も用いられていますが、当初は波形の成り立ちまでは解明できていませんでした。

1906年ドイツに留学していた田原淳(1873-1952年)が心臓の内部を伝わる電気刺激の道筋である刺激伝導系の存在を発表し、それが心電図波形の解明に繋がり、心臓の医学が飛躍・発展しました。

1924年アイントーベンにノーベル医学生理学賞が授与されてから100年が経過し、心電計も簡便になりました。様々な医療検査機器が登場しましたが、心電図検査の有用性は変わらず、現在でも無くてはならない検査として活用されています。

### 100有余年を経ても色褪せない心電図検査ですが…

しかしながら心電図検査は万能ではありません。

検査時の心電図が正常だからといっても心臓に病気がないとは言い切れません。

不整脈があっても検査時には生じず、健康診断では異常なしと判断されてしまう場合もあります。

狭心症の患者さんでも、安静で検査する健康診断の心電図では異常が出ないこともあります。

心電図異常から心筋症や弁膜症の発見につながることはありますが、心電図だけでは診断には至りません。

健康診断などで症状がなくても心電図異常を指摘されたならば、もしかして病気が潜んでいるかもしれないと思って循環器内科で精密検査を受けることが大切です。心電図異常が見つからなかった場合でも胸痛や息切れ、動悸などの症状があるならば、循環器内科にご相談ください。



# 糖尿病予防の食生活 ~食物繊維をたっぷりとうろう~

糖尿病などの生活習慣病を予防するための食生活とは、特別なことではなく「3食規則正しく」「バランス良く」食べることです。食物繊維を意識してとることで、栄養バランスを整えやすくなります。

食物繊維は体の調子を整える機能性成分で、糖の吸収をゆるやかにする働きもあります。穀類、芋類（こんにやく類含む）、豆類、野菜類（海藻類、きのこ類含む）、果物類の植物性食品に多く含まれています。1日に必要な食物繊維をとるために、まずは野菜を350g（小鉢5皿分）食べましょう。豆類は1日1皿、海藻類やきのこ類も1日1皿、芋類や果物類はそれぞれ1日1回とりましょう。



糖尿病サポートチームの  
ご紹介

ただし芋類と果物類は糖質も多く含むので、食べ過ぎに注意しましょう。主食に精製の低い穀物（玄米、雑穀米、ライ麦パン、全粒粉パンなど）をとり入れることでも食物繊維を摂取できます。バランスを意識した食生活を送ることが健康への第一歩です。

糖尿病を専門とする医師や医療スタッフで構成した多職種チームで活動しています。糖尿病診療はもちろんのこと糖尿病予防に対する啓蒙活動も行っております。糖尿病に関して何かお困りのことがありましたら、お気軽にご相談下さい。

【糖尿病サポートチーム 管理栄養士 鷗木 綾】

8月  
29日

## 第33回 院内コンサート開催

「みいつけた！秋の楽しみコンサート」を開催しました！！  
ピアノとヴァイオリンの美しい調べで  
大盛況のコンサートになりました。



ピアノ：田原さえ氏  
ヴァイオリン：宮下琳太郎氏

次回  
開催

11月1日(金)  
14:30~

植草 ひろみ  
スーパーチェロコンサート  
Super Cello  
Concert

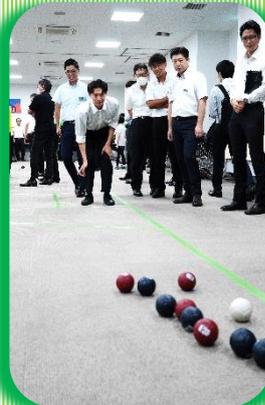


Photo by S. Masahima

第34回

開催日時 11月1日(金) 14:30~  
開催場所 JR仙台病院1階エントランスホール

8月  
30日



東北本部でポッチャ大会が開催  
されました。当院からは院内予選を  
勝ち抜いた2チームが参加し、熱い  
戦いを繰り広げました。

BOCCIA



## 着任のご挨拶



事務部 医事G

こばやし だいすけ  
小林 大恭

出身地：宮城県  
趣味：ドライブ  
特技：水泳



前職は仙台市泉区の医療機関で医  
事職員として携わっていました。培っ  
た経験と知恵を活かし地元住民の方、  
地域医療に貢献できるよう精進いた  
します。よろしくお願いいたします。

