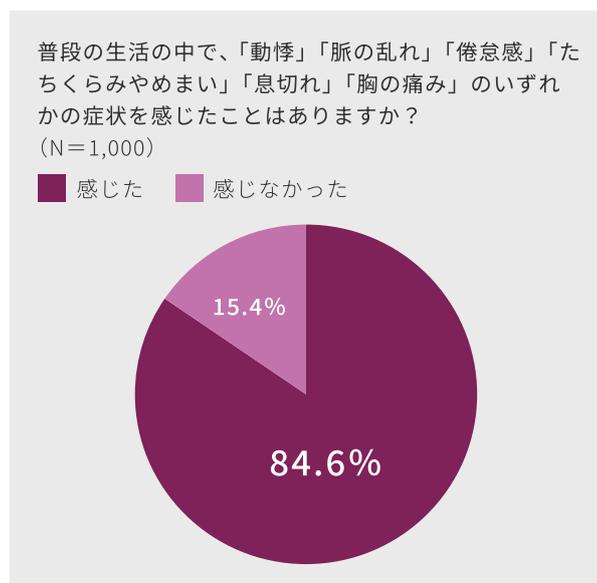


動悸・息切れについての社内調査資料

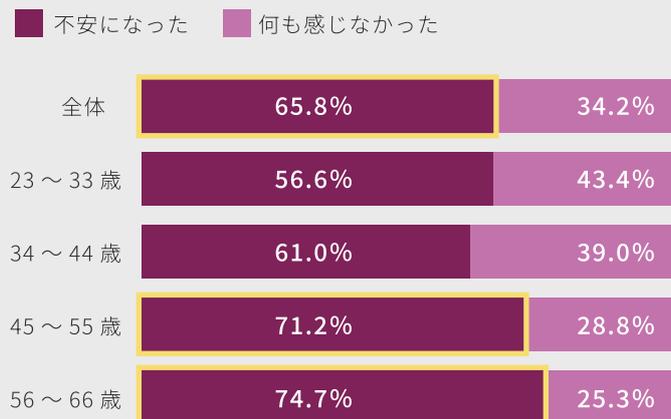
更年期世代の約7割が実感する動悸に着目

20代から60代女性の約8割以上が、日常生活で「動悸」「息切れ」を実感しています。そのうち、約6割以上が不安を感じている。

心房細動の初期症状にもみられる「動悸」「息切れ」などの症状を日常生活で感じたことがあるのは全体の84.6%。さらに、65.8%が症状を感じたときに「不安になった」と回答。年齢別で見ると、年齢が上がるとともに増え45歳以上では7割以上が不安を感じている。



症状を感じたときの気持ちについて教えてください。
(N=845)



引用元：<https://kyodonewsprwire.jp/release/202307267497>

更年期世代の動悸の原因

① エストロゲンの減少

- 更年期の最も大きな原因は、**エストロゲン**という女性ホルモンの減少です。エストロゲンは、体内で様々な役割を果たしており、特に自律神経の調整にも関与しています。エストロゲンが減少すると、**交感神経が過剰に活発になりやすく**、心拍数が増加することがあります。
- このため、**心拍数が不規則になったり、心臓の鼓動が強く感じる**ことがあり、動悸を感じる場合があります。

② 自律神経の乱れ

- エストロゲンの減少は、**自律神経**（交感神経と副交感神経）のバランスにも影響を与えます。通常、交感神経はストレスや興奮時に活発になり、副交感神経はリラックス時に働きます。しかし、更年期になると、**交感神経が優位になりすぎる**ことがあり、これが**動悸や胸の不快感**を引き起こします。

③ 血圧の変動

- 更年期のホルモンの変化は、血圧の変動にも影響を与えます。特に、**血圧が上昇することがあり**、その結果として、**心臓への負担が増し**、動悸を感じやすくなります。

④ 血管の反応性の変化

- エストロゲンは血管の拡張を助ける働きもしており、その減少により血管が収縮しやすくなります。血管が収縮すると、**血流が滞り、心臓がより多くの力で血液を送ろうとする**ため、動悸を引き起こすことがあります。

⑤ ストレスや心理的要因

- 更年期はホルモンの変動に加え、生活の変化（子供の独立や仕事の変化など）が重なる時期でもあります。このため、**精神的なストレスや不安も動悸を引き起こす要因**となります。心理的な不安が体内の生理的な変化に影響を与えることがあります。

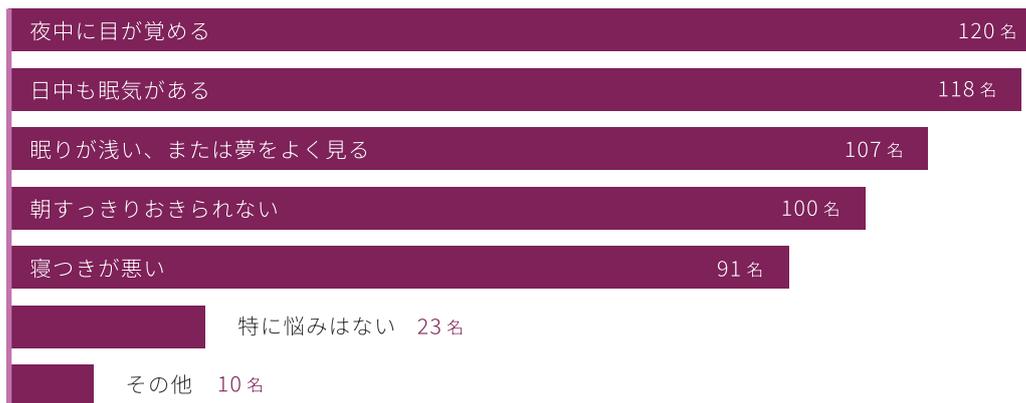
動悸と不眠の関係性

更年期世代の女性の多くが悩むのが不眠であるが、動悸と深い関わりがあることが弊社研究によってわかりました。

女性ホルモンにはエストロゲンとプロゲステロンという2つの種類がありますが、更年期は特にエストロゲンの低下が顕著に表れます。エストロゲンは、自律神経のバランスを整える役割を担うホルモン。副交感神経の働きを促進し、リラックス効果を高めることでスムーズな入眠を促します。しかし、エストロゲンが欠乏すると自律神経系のコントロールがうまくできなくなり、夜間も交感神経が優位な状態に。その結果、動悸や息切れなどが起こり、睡眠が妨げられてしまうことがあります。

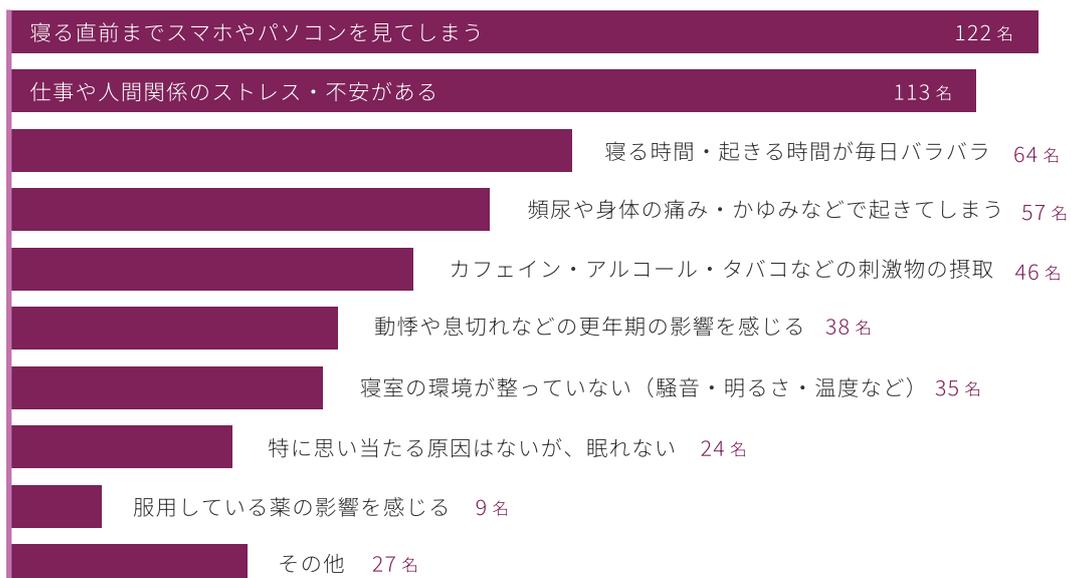
実際に40～59歳の女性244名に睡眠に関するアンケートを実施したところ、以下のような回答が得られました。

Q1. 最近「眠りの悩み」がありますか？（複数回答可）



弊社が行った更年期世代の眠りの調査ではなんと、約90%が何らかの悩みを抱えているという結果になりました。また「以前と比べて、眠りの質が変わってきたと感じますか？」という質問については、207名の方が「とても感じる」「多少感じる」と回答。眠りに悩みがある方のほとんどが、睡眠の質の変化も実感していることが明らかになりました。

Q2. あなたが「眠れない」と感じる時、その原因として思い当たることはありますか？（複数回答可）



実際のアンケート結果でも寝れない原因として動悸や息切れなどの影響を感じる人が多くいました。

これらのアンケート結果から寝る前の動悸に着目した医薬品の開発がスタート。そして誕生したのがセンソ製剤です。

最古から伝わるセンソ製剤の魅力

センソはヒキガエルの仲間の毒線分泌物を乾燥したもので、原動物のガマが『神農本草経』の下品に「蝦蟇」の名前で記載されています。当初はヒキガエル類の体全体を乾燥させたものを現在と同じような目的で使用していましたが、いつしか有効成分が皮膚のイボから出る白い分泌物であることが分かり、それだけが集められるようになったようです。

その白い分泌物を固めたものがセンソです。



センソは強心性ステロイドのレシブフォゲニン resibufogenin、シノブファギン cinobufagin、ブファリン bufalin などを含んでおり、これが現代のセンソ製剤の強心作用をもたらすとされています。

実際の作用機序は心筋の収縮力を高めて血液循環をよくし、余分な水分を排泄して心臓の働きを助けます。また、呼吸機能を高めて全身の酸素不足を改善します。

上記の働きにより、動悸や息切れ、気付けに効果があるとされています。

センソ製剤のエビデンス

うっ血性心不全に対するセンソ含有製剤の有効度

自覚症状（患者）

顕著に改善	改善	やや改善	不変	悪化
45.2%	32.3%	16.1%	3.2%	3.2%
93.5%			6.5%	

他覚症状（主治医）

顕著に改善	改善	軽度改善	不変	悪化
41.9%	32.2%	16.1%	3.2%	6.5%
90.3%			9.7%	

引用元：水野 康ほか：基礎と臨床、13(5), 1692~ 1720, 1979