

市民病院だより

「動脈硬化」って？

臨床検査技師 南里 享奈

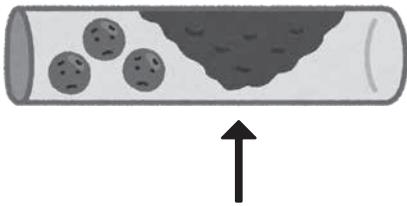
「動脈硬化」という言葉を、

一度は耳にしたことがある方も多いのではないだろうか。文字にもあるように、血管が硬くなる病気です。

動脈硬化が起ると良くない理由をご紹介します。

なぜ動脈硬化が起ると良くないの？

近年の食の欧米化・高齢化に伴い、脂質異常・糖尿病・高血圧などの動脈硬化の原因となる疾患が増加しています。動脈が固くなると血液をうまく送り出せず心臓に負担がかかり、十分に血液が送れず酸欠状態となることから、脳梗塞・心筋梗塞・狭心症といった病気の原因となります。



コレステロールなどがたまって狭くなった血管

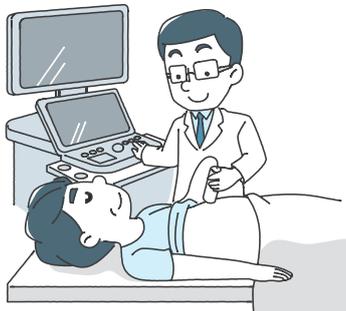
動脈硬化が進むと血管内で何が起ると？

高血圧や糖尿病などの病気によって血管に負担がかかると、血管の内側に傷が付き、詰まると、血液中の悪玉コレステロールが血管の壁に入り込み、コブのようになることがあります。これができると、血流が悪くなるのはもちろん、コブが剥がれて細い血管に詰まることで脳梗塞を引き起こす原因になります。

検査技師はどんな検査をするの？

私たち検査技師は、頸動脈エコー検査やABI検査（足関節上腕血圧比）を行っています。頸動脈エコー検査とは、首にある血管の様子を超音波を使って簡単に画像で見ることができ、検査です。この検査によって動脈が狭くなっているか確認することができます。

ABI検査とは、足首と上腕の血圧を測定し、その比率（足首収縮期血圧÷上腕収縮期血圧）を計算したものです。動脈硬化が進んでいない場合、横になった状態で両腕と両足の血圧を測ると足首の方がやや高い値を示します。



しかし、動脈に狭窄や閉塞があるとその部分の血圧は低下します。こういった動脈の狭窄や

閉塞は主に下肢の動脈に起きることが多いため、上腕と足首の血圧の比によって狭窄や閉塞の程度が分かります。また、血管年齢も知ることができます。このような検査によって、動脈硬化の早期発見や進行具合が分かります。

動脈硬化をチェックしよう

- ・肥満気味
- ・肉が好きでよく食べる
- ・濃い味付けが好き
- ・タバコをよく吸う
- ・運動をあまりしない
- ・コレステロールが高い
- ・高血圧である
- ・血糖値が高い

当てはまるものはありましたか？

いずれも動脈硬化を起こす要因になる項目です。厚生労働省の調査によると、死亡原因第2位が動脈硬化による心疾患や脳血管疾患となっています。

将来の自分の体のために、無理のない程度の運動や、食生活の見直しをしましょう。

お知らせ

小児科・産婦人科・自由診療の夕方診療を行っています。
(毎週木曜日) 詳細は、市民病院ホームページや電話にてご確認ください。

【問合せ】小城市民病院 ☎ 73・2161 ホームページ・アドレス <http://www.city.ogi.lg.jp/hospital/>