

健康♪外来ニュース

No. 9 令和2年1月15日

“動脈硬化”が 引き起こす病気 “動脈硬化”を 引き起こす病気 ***

動脈硬化は、日本人の死亡原因として重要な**心筋梗塞**や**脳梗塞**などを引き起こします。一方、動脈硬化を引き起こす危険因子として、**肥満**、**高血圧**、**脂質異常症**、**糖尿病**、**喫煙**が指摘されています。喫煙以外は、過食と運動不足から内臓脂肪が蓄積して発症する**メタボリック症候群**の要因と同じです。

動脈硬化を進行させないためには、まず検査を受けて自分の動脈硬化の程度をよく知ったうえで、たばこをやめて、メタボ対策に取り組むことをお勧めします。

当院でできる“動脈硬化”の検査

●**血圧測定**: 診察室血圧(mmHg) 140/90以上、家庭血圧 135/85以上で高血圧と診断され、動脈硬化の可能性あります。脈圧(上と下の血圧の差)が60mmHg以上あると太い血管の動脈硬化、平均血圧(下の血圧+脈圧の1/3)が90mmHg以上あると細い末梢血管の動脈硬化が疑えます。

●**心電図**: 心臓の血管に動脈硬化が生じると心電図波形でST変化などが認められます。運動後に測定する負荷心電図ではより明確に異常を捉えることができます。

●**足関節上腕血圧比-脈波伝搬速度(ABI-PWV)**: 左右の下肢の動脈を別々に測定できます。ABIが0.9以下では動脈の詰まり(閉塞性動脈硬化症)が疑われ、動脈硬化が進むとPWVが高値を示します。「血管年齢」がわかります。

●**頸動脈エコー**: 頸動脈の内膜中膜複合体の厚み(IMT)が1.1mm以上で動脈硬化を疑い、プラーク(限局した隆起)の高さが1.5mm以上あれば要注意です。ドプラ法で測定した血流速度から、血管の詰まり(狭窄)の程度がわかります。

●**眼底検査**: 血管を直接観察できる唯一の方法です。網膜動脈の口径不同、動静脈交叉部の圧迫像などから動脈硬化を評価します。当院で撮影した眼底写真は、某大学眼科教室のダブルチェックを受けています。

●**胸部レントゲン・腹部エコー・CT検査**: 動脈の蛇行、石灰化、動脈瘤の形成などから、大動脈、腎動脈などの動脈硬化がわかります。

“動脈硬化”とコレステロール代謝

LDLコレステロール(LDL-C)は肝臓から体中の血管へコレステロールを運ぶ働きをして動脈硬化を引き起こすので「悪玉」、HDLコレステロール(HDL-C)は血管からコレステロールを取り除いて肝臓へ運ぶ働きをするので「善玉」と呼ばれています。LDL-C 120mg/dl以上、HDL-C 40mg/dl未満、LDL-C/HDL-C比2.5以上では動脈硬化の危険性があります。



医療法人 祥佑会

藤田胃腸科病院

〒569-0086 高槻市松原町17-36

TEL 072-671-5916

FAX 072-671-5919

健康♪外来

水曜日 14:00~17:00(要予約)

担当: 中嶋