

あま市民病院だより

動脈硬化について

動脈硬化とは、わかりやすくいえば血管の老化現象を表す言葉です。血管は年齢とともに傷つき、弱り、しなやかさ(柔らかさ)も低下します。ただ、外からはわかりにくいので、ほとんどの人が血管の老化には気がつかず放置しています。その血管の老化が進行して、血液の通り道が狭くなったり、血栓ができて詰まったりして、ある日突然、心筋梗塞や脳卒中といった重大な病気を引き起こす**可能性があります**。では、どうやって動脈硬化を調べたらいいのでしょうか?検査には、血液検査や頸動脈超音波等がありますが、今回は動脈の硬さ・詰まりを調べるABI/CAVI検査について、お話しをしていきます。

【ABI/CAVI検査】

ベッドに横になって安静にしてもらい、両腕・両足首に血圧計で使用するカフと呼ばれるものを巻きます。さらに、心電図電極・心音を聞くマイクを取り付け、血圧測定をする要領で検査を行っていきます。非侵襲ひしんしゅう(身体への器具の挿入を必要としない)で痛みもなく、5分ほどで終わる検査です。ABI/CAVI検査だけでは動脈硬化の判断はできませんが、簡便な検査のため、さまざまな医療機関や検診施設で受けることができます。

- ・ABI値は、足関節上腕血圧比を表し、足の動脈の詰まりの程度、を表します。
この値が、0.9を下回ると、動脈が詰まり気味で血流が悪くなっている可能性があります。
- ・CAVI値は、心臓から足首までの、動脈の硬さの程度、を表す指標です。
CAVI値が、9.0以上で、動脈硬化の可能性ががあります。

動脈硬化は、高血圧や糖尿病、脂質異常症などの病気や、食事・タバコ・飲酒・運動・ストレスなど、生活習慣にも密接に影響してきます。

- ・食事による改善(食べ過ぎ呑み過ぎに注意し規則正しい食事をしましょう)
- ・運動による改善(ストレス解消をかねて、適度な運動を習慣にしましょう)
- ・投薬による治療(主治医の先生の指導に従いましょう)

以上のような事に気をつけて予防に努めましょう。



◇◆◆あま市民病院Facebookのご紹介◆◆◆

あま市民病院の活動やお知らせなどをFacebookでも発信しています。



<https://www.facebook.com/amahosp/>

公益社団法人
MED 地域医療振興協会

〒490-1111 あま市甚目寺畦田1番地
問合時間:午前8時30分~午後5時
(土・日曜、祝日を除く)
☎ 444-0050 FAX 444-0064
<https://www.amahosp.jp/>

