



ほのか診察室

●日本人の死因の2、3位が

動脈硬化性疾患

日本人の3大死因は、1位が悪性新生物、2位が心疾患、3位が脳血管疾患です。（厚生労働省「2017年人口動態統計月報の概況」）2位の心疾患と3位の脳血管疾患は動脈硬化症という症状に起因する疾患です。

●動脈硬化症ってなに？

本来健康な動脈は、ゴムホースのようにしなやかで弾力があります。しかし、脂質異常症、高血圧、糖尿病、喫煙、肥満などの影響で動脈が硬くなってしまふことがあります。このことを「動脈硬化」といい、ほとんどの場合、自覚症状がないまま進行します。

血管が硬くなると血液をうまく送り出せず、心臓に負担をかけます。また、血管の内側にプラークができ血管が狭くなったり、詰まったり、プラークが剥がれ細い血管を詰まらせたりします。動脈硬化は、古くなった水道管が汚れて詰まり、錆が剥がれるのと同じ状態です。進行す

シリーズ 第139話

検査でわかる動脈硬化症

ると、脳梗塞、心筋梗塞、狭心症、下肢閉塞性動脈硬化症などになります。

●頸動脈エコー検査について

今回は「動脈硬化症」を調べるさまざまな検査の中から「頸動脈エコー検査」について簡単に紹介します。

・頸動脈とは？

大動脈から頭部へ血液を送る血管です。首の部分の頸動脈は脳へ血液を送る「内頸動脈」と、顔へ血液を送る「外頸動脈」に分かれます。その枝分かれする部分が動脈硬化の生じやすい部位（プラーク好発部位）です。

・検査で何を見るの？

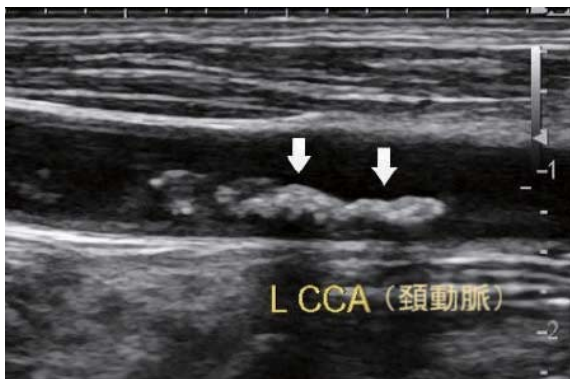
頸動脈の壁の厚さ、プラークの有無や狭窄・閉塞の評価と血流速度測定を行います。

頸動脈の壁は3層構造（内膜、中膜、外膜）になっており、動脈硬化は血管の内側の2層（内膜と中膜）が厚くなる状態を言います。この2層の部分の厚さを動脈硬化度の指標

に用います。

・頸動脈エコーの利点とは？

- ① 頸動脈の動脈硬化の程度を評価すれば、全身の動脈硬化度を把握できます。
- ② 超音波を用いるので被ばくがなく、痛みもありません。また、繰り返し検査が可能です。
- ③ 食事制限なく検査が可能です。



プラークを合併した血管

▽市民病院（代表）TEL 22・2171

市民病院 医療技術部
放射線課 監修

●おわりに

動脈硬化症を予防するためには、バランスの良い食事、禁煙、適度な飲酒、適正な運動など正しい生活習慣を身につけましょう。また、脂質異常、高血圧、高血糖などがある方は、医師に相談することをお勧めします。

山びこの朝ヨガ
-HAPPY MORNING YOGA-

朝の新鮮な空気で体を満たし、リフレッシュしてみませんか？

日時 日曜日 7:30～ [予約制]

料金 中学生以上 800円 / 45分程度

場所 山びこの丘 宿泊棟周辺

持ち物 タオル、水分、動きやすい服装

講師 LaxmiYoga (イナ) Hiro

詳しい日程は
直接お問い合わせ下さい。

山びこの丘 新城市吹老勢字新井9番地
TEL 0536-35-1191 URL <http://www.sanyoetn.jp>

※財源確保のために有料広告を掲載しています。
広告の内容に関する問い合わせは、直接広告主へ。