

中込内科じんぶん

3月号



発行所

中込内科医院

〒010-0973

秋田市八橋本町3-1-5

TEL 018-862-1564

FAX 018-866-4655

E-MAIL

nakagomi@cna.ne.jp

URL

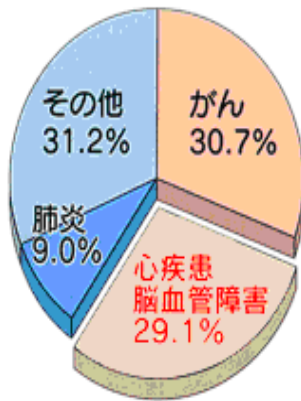
http://www.cna.ne.jp/~nakagomi/

今月の特集

血圧脈波図による動脈硬化検査

I. 日本人の3大死因

日本人の3大死因は、『がん』『脳血管疾患』『心疾患』です。そのうち脳血管疾患と心疾患は、血管壁が厚くなり弾力性を失うなどして血管が劣化し狭くなる『動脈硬化』が原因となる病気です。この動脈硬化は生活習慣との関わりが深く、20代から知らないうちに進行し、中高年に降に病気が発症するというケースがほとんどです。



II. 動脈硬化

動脈は、内膜・内弾性板・中膜・外膜で構成されています。動脈が強く弾力性に富んでいます。

III. 動脈硬化の危険性

動脈硬化は無症状で進行してしまいます。しかも、放置すると後段のような脳出血・脳梗塞・狭心症・心筋梗塞・全身障害(閉塞性動脈硬化症)など死亡率の高い病気に発展する可能性が大きくなります。

1. 脳

脳出血(くも膜下出血)
脳の血管が破れてしまう病気で、脳の血管が詰まってしまう病

2. 気

狭心症
心臓を取り巻く冠動脈が狭くなつて生じる病気

3. 全身

閉塞性動脈硬化症
足の筋肉への血液が減り、歩くと足が痛むなどの症状がある病気。

IV. 動脈硬化の原因

動脈硬化は、加齢によって誰にでも生じる老化現象の一つです。しかし、個人差が大きく、食生活や運動不足などの生活習慣が大きく関係しています。生活習慣を見直し、重篤な病気にかからないためにも、早期発見が重要です。

V. 動脈硬化を診断するための主な検査法

どの血管の動脈硬化を診断するかによって検査(診断)法は異なりますが、一般的な検査法は以下のようなものがあります。

1. 眼底検査
2. 超音波検査: 頸動脈超音波検査、腹部超音波検査
3. C T 検査
4. M R I 検査
5. M R A 検査
6. A B I (Ankle - Brachial Index) 上肢と下肢の血圧
7. P W V (Pulse Wave Velosity) 脈派伝搬速度

当院では、平成20年2月より動脈硬化の早期発見に加え、客観的評価が可能な最新の血圧脈波検査装置『Form(フォルム)』を導入し、検査を実施しております。



本号においては、閉塞性動脈硬化症(ASO)の早期発見、診断など動脈硬化の総合評価が可能なA B I、P W Vの動脈硬化検査法についてご紹介させていただきます。

★検査で何が分かるの？

動脈の狭窄・閉塞および硬化の進行度を簡便に測定、診断できる検査機器です。年齢に対する動脈硬化の進行

度などがわかります。また、末梢血管が詰まっているか、細く狭くなっているかや、硬くなっているかなどを調べる事ができる検査です。

★どうした場合に受けたらよいの？

以下のようなことが思い当たる方や心配な方は動脈硬化検査をお勧めします。

1. 肥満
2. 高血圧
3. 高脂血症
4. 糖尿病
5. 喫煙歴
6. ストレスが強い
7. 更年期
8. アルコール過大摂取
9. 手足の冷感・しびれ感



★動脈硬化検査の手順は？

1. 測定時間は準備する時間を入れてもわずか5分程度です。痛みはなく、寝ているだけで簡単に終わります。薄手の服なら着替えることなく血圧を測定する感覚で検査が受けられます。
2. 身長・体重を測定します。ベッドに仰向け寝てもらい、心電図・心音計、両腕(上腕)、両足首の4箇所(上腕、両腕(上腕)、両足首の4箇所)の血圧と脈波を2回測定します。

★検査結果は？

測定結果はすぐ知ることができ、動脈硬化の程度を数値・

グラフ化された結果表に基づき、医師、看護師より今後の生活や病気に関するアドバイスを受ける事ができます。

★どうして動脈硬化がわかるの？

ABI

(Ankle Brachial Index)

アテローム性動脈硬化による下肢動脈の狭窄・閉塞の検査(足関節(上腕)血圧比)

健康な方の足首血圧は上腕血圧と同じかやや高いのが普通です。もし足へ行く血管が狭くなっていたら、足には十分な血液が届きません。つまり足で測った血圧は低くなってしまうので、そこで腕の血圧と足首の血圧を比較することで「血管の狭さ」を推定することができるので、足の動脈が狭くなる閉塞性動脈硬化症などの診断に有用です。

※ABI値が0.9以下だと動脈の狭窄または閉塞を疑います。

■PWV (Pulse Wave Velocity)

動脈壁の硬さの検査(脈波伝搬速度)

心臓の拍動が動脈を介して、手や足に届く速度です。

健康な方の血管は、ゴムチューブのように柔らかく弾力性があるため拍動(脈波)を血管壁で吸収することで速度が遅くなり

ます。一方、動脈硬化が強くなり脈が硬い程、血管は鉄パイプのように弾力性がなくなり拍動が(脈波)が血管壁で吸収されず

伝播速度が速くなります。直接測定部位とは関連していませんが、脳出血(くも膜下出血)、脳梗塞、狭心症や心筋梗塞などの病気で伝播速度は速くなると言われています。

※PWV値が13.5 m/s以上だと動脈硬化が疑われます。

VI. 終わりにあたって

高齢化社会を迎え、動脈硬化に基づく疾患、特に心筋梗塞、脳梗塞が増加しています。これらの疾患に罹患すると生命の質は著明に低下してしまいます。40歳以上で喫煙、肥満、高血圧、高脂血症、冷感・しびれ感など思い当たる方は早急に動脈硬化検査を受けられることをお勧めいたします。

もし、年齢に比較して動脈硬化が進んでいる結果がでたら、今からでも遅くはありません。医師、看護師の指導のもと、生活改善に努めることで動脈硬化の進行を遅らせることができます。「人は動脈(血管)と共に老いる」と言います。無症状であっても一度検査を受けてみては如何でしょうか。



【今月の記事 検査技師 松岡】

診療時間変更のお知らせ

4月より診療時間が一部変更になりました。従来は午前の診療終了時間が曜日によって異なっておりましたが、4月からは全て「午前の診療は13時まで」に統一されました。それ以外は従来通りです。

新 診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○
14:30~18:00	休	○	休	○	○	休

編集後記

皆様のご協力ののおかげで、2年ぶりの研修慰安旅行が無事(?)終了致しました。心よりお礼申し上げます。毎度恒例の旅記(中込内科珍道中)は次号掲載予定です。4月より「後期高齢者医療制度」が施行されました。該当される患者様には受付で簡単にご説明させて頂いておりませんが、ご不明な点がございましたら、どうぞご遠慮なくお尋ねくださいませ。【事務長 奈良】