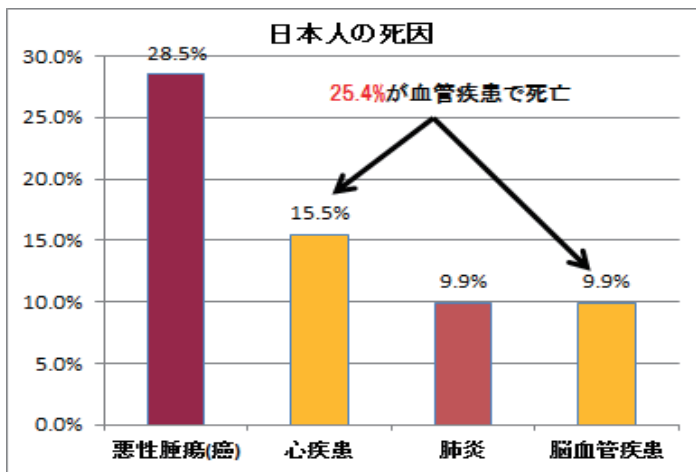


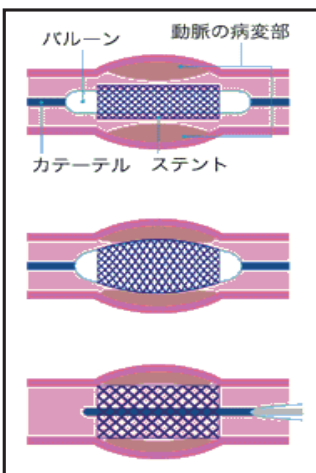


今回は動脈硬化のお話です。動脈硬化とは、動脈にコレステロールなどの脂質がたまったり、酸素や栄養の不足、高血圧による血管への負担が原因で血管が弾力を失い、硬くもろくなった状態です。動脈硬化が進行すると、日本人の主な死因である心疾患（心筋梗塞など）や脳血管疾患（脳梗塞、脳出血など）を引き起こします。動脈硬化の進行は、症状がないため気づきにくく、命に関わる病気を急に発症する恐れがあります。



『人は血管とともに老いる』

血管は歳を重ねることによって自然に硬くなっていきます。そこに高血圧や糖尿病、高コレステロール血症などの生活習慣病や喫煙が加わると、血管の硬化、すなわち老化のスピードは速くなります。いくらシワが少なくても、見た目の年齢が若くても血管年齢は人の『老化』に大きく影響しています。健康診断で高血圧や高脂血症を指摘されたり、歩くと足のしびれや痛みのために歩けなくなり、しばらく休むとまた歩けるような症状（間欠性跛行）が出たら早めに受診しましょう。動脈硬化を調べる検査のひとつにABI検査があります。ABI検査は短時間で痛みなどの負担もなく血管年齢を調べることができます。血管の壁の厚みや狭窄など血管の状態をより詳しく調べるためにはエコー（超音波）検査が有効です。



動脈硬化の治療と予防

動脈硬化を防ぎ、重大な血管の病気の発生を未然に防ぐためには、リスクファクター（危険因子）をできるだけ除外することが大切です。とくに血圧・糖尿病の管理は重要です。それから生活習慣の改善（喫煙、肥満、塩分・脂肪に配慮したバランスのよい食事、アルコール、適度な運動）を心がけましょう。もし、心筋梗塞など重篤な血管の病気が発症した場合は、つまった血管を広げるためにカテーテルという細い管を血管に挿入してバルーン（風船）をふくらませる緊急の処置が必要になります。万が一に備えて、日頃から専門医のかかりつけをつくり定期的な検査をしてしっかり管理しましょう。お身体で不安なことがあれば気軽にお問い合わせ下さい。【川崎クリニック院長 穴戸 寛治】



社会医療法人財団 石心会

【住所】川崎市川崎区日進町 7-1 川崎日進町ビルディング 6階

【標榜】内科・腎臓内科・糖尿病外来・循環器内科・外科・脳神経外科・皮膚科

外来予約電話番号：044-222-9259

【交通】JR川崎駅徒歩8分 西口、東口より無料送迎バス運行中

診療体制表	月		火		水		木		金		土
	am	pm	am	pm	am	pm	am	pm	am	pm	am
平成25年10月1日現在											
糖尿病外来		久間	安島		久間	久間	久間	久間	久間		
腎臓内科	熊田	若狭	稲葉	穴戸	松坂		金子		酒井	中島/伊藤	交代制
循環器内科			佐々木		中村			高橋			