

動脈硬化のリスク

脂質異常症・肥満・高血圧・糖尿病
といった「生活習慣病」には
要注意！！





生活習慣病は動脈硬化を促進させ、
心筋梗塞・狭心症や脳卒中といった
重大な病気を招きます

そのためには…！！

**リスク(危険度)を確認し、
まずは生活習慣の改善が大切です！**



CHECK 1 動脈硬化を招く「危険因子」の中で、最も重要な「LDL(悪玉)コレステロール」の検査値を

- LDL(悪玉)コレステロール : 120mg以上

CHECK 2 肥満のレベルを

- ウエスト周囲径 : 【男性】85cm以上 【女性】90cm以上
- ウエスト周囲径 : 【男性】85cm未満 【女性】90cm未満、かつBMI : 25以上

CHECK 3 各生活習慣病の進行レベルを

脂質に関する検査値

- HDL(善玉)コレステロール : 40mg/dL未満
- 中性脂肪(トリグリセライド) : 150mg/dL以上

血統に関する検査値

- 空腹時血統:100mg/dL以上
- HbA1c(ヘモグロビン・エーワンシー):5.2%以上

血圧に関する検査値

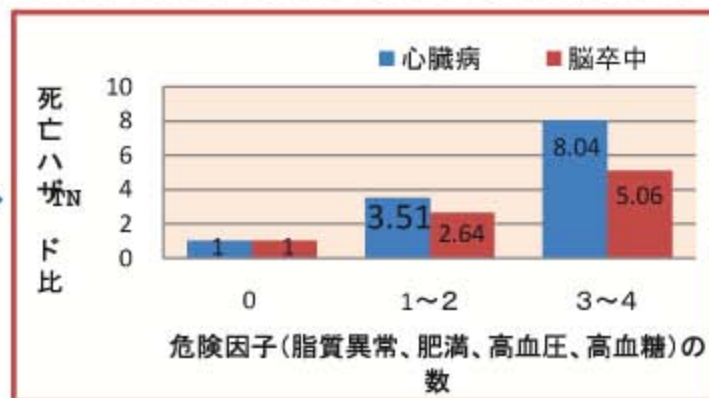
- 収縮期血圧(上の血圧):130mmHg以上
- 拡張期血圧(下の血圧):85mmHg以上

喫煙

- 喫煙歴 : あり

が複数ついた方は要注意！

の数(危険因子の数)が増えれば増えるほど、心臓病や脳卒中を発症する**リスク(危険度)**が増加します！



あなたは今、どちらの状況ですか？

がついた項目をそのまま放置している
(過食、運動不足)



動脈硬化が進み、
心臓や脳などで血管障害が発症！
(心筋梗塞・狭心症、脳卒中など)

食事・運動・薬物療法で
の項目を
きちんと管理している



動脈硬化の抑制が可能！

検査値異常のレベルが軽くても、
放置すると、将来重大な病気を招く可能性があります。
早めにリスク(危険度)を確認し、異常を示す項目があれば
医師の指示にしたがって食事・運動・薬物療法を開始し、
生活習慣病を防ぎましょう！

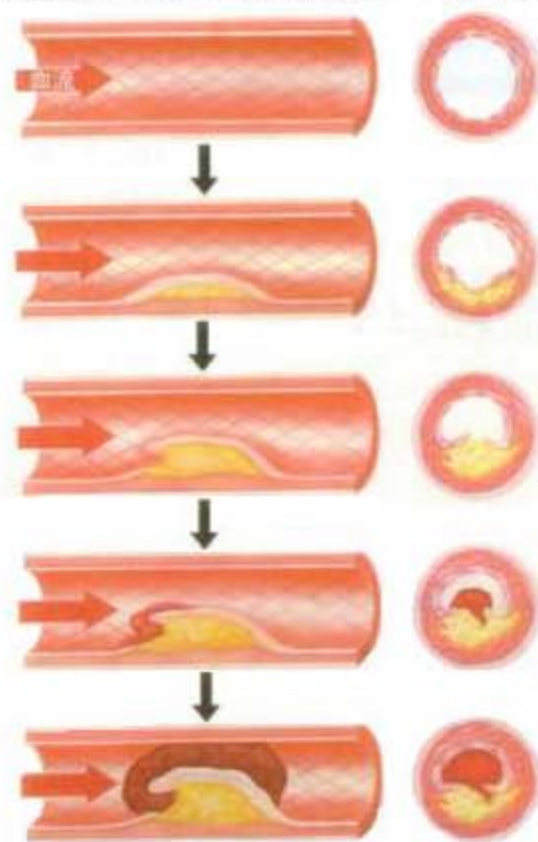


名古屋ハートセンター
広報委員会

動脈硬化の早期診断

- 動脈硬化は多くの動脈疾患（狭心症・心筋梗塞・脳梗塞など）の原因になります。
- 出来るだけ早期に動脈硬化を判定して進行を抑え、臓器障害を予防することが重要です！
- 血管超音波検査で動脈自体を観察することが、動脈硬化疾患・生活習慣病を診療/治療するための指標としての意義を担っています。

動脈硬化から動脈閉塞への過程



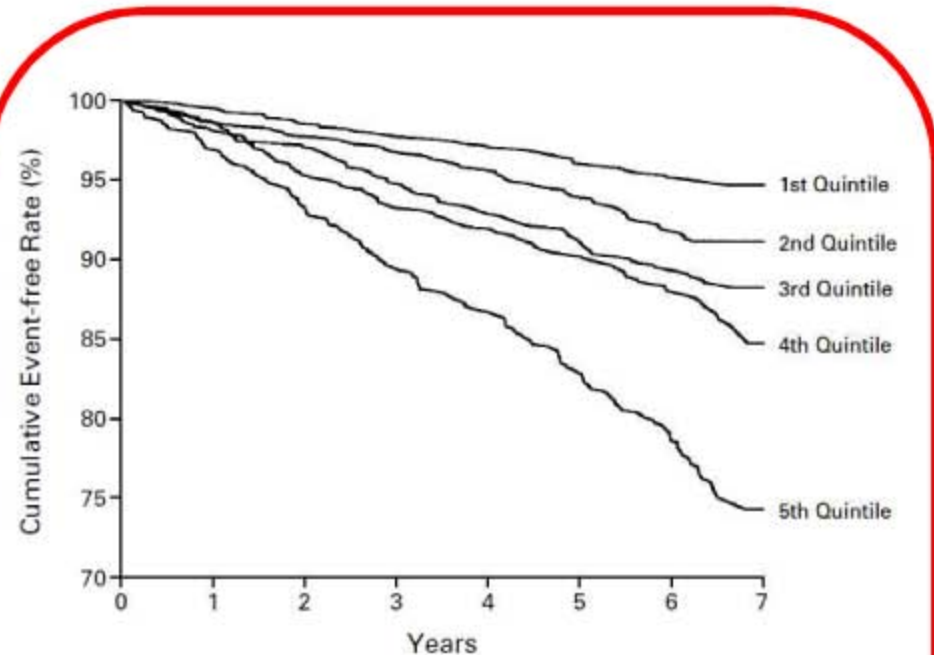
血管超音波検査とは？

- 体の表面から体内の血管に超音波を当て、その反射波（エコー）を画像としてモニター画面に写し出し、血管の状態（動脈硬化の程度、血流速など）を評価します。
- 痛みもなく、レントゲンなどと違って体に無害でストレスはありません。
- 検査時間は20～30分程度です。
- 頸動脈、腎動脈（腎臓の栄養血管）、足の動脈/静脈などが評価出来ます。



頸動脈硬化症/頸動脈エコー

- 頸動脈の動脈硬化は脳梗塞の原因として重要ですが、全身の動脈硬化の評価の為に広く行われています。
- 頸動脈の壁 (IMT) の肥厚は初期の動脈硬化性変化を鋭敏に反映すると言われてています。

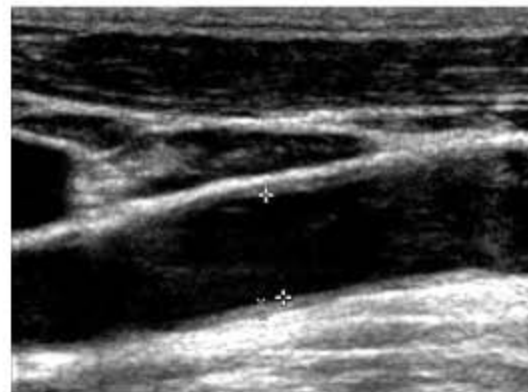


- IMTが厚い人の方が脳梗塞/心筋梗塞の発症が多かったという報告です

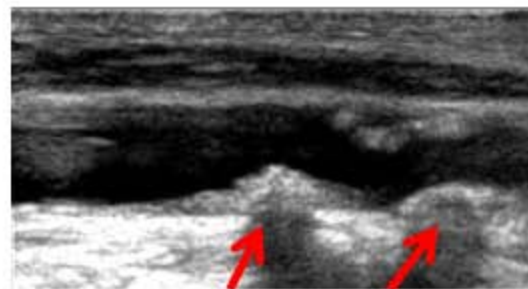
頸動脈エコーの実際



正常例



動脈硬化例



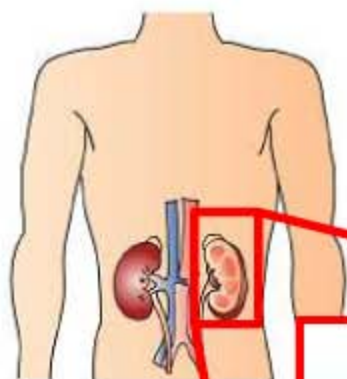
動脈硬化プラーク

動脈硬化例

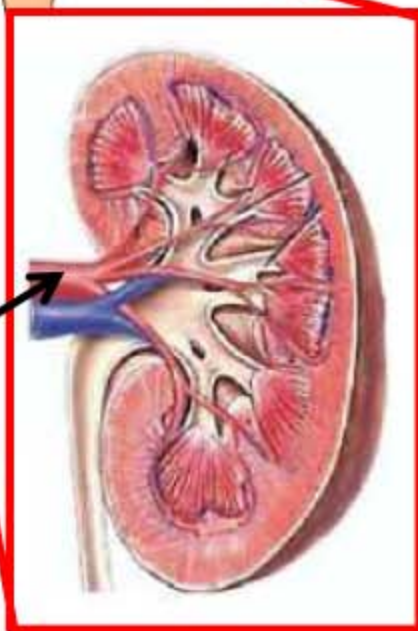


動脈硬化プラーク

腎動脈硬化症



腎動脈



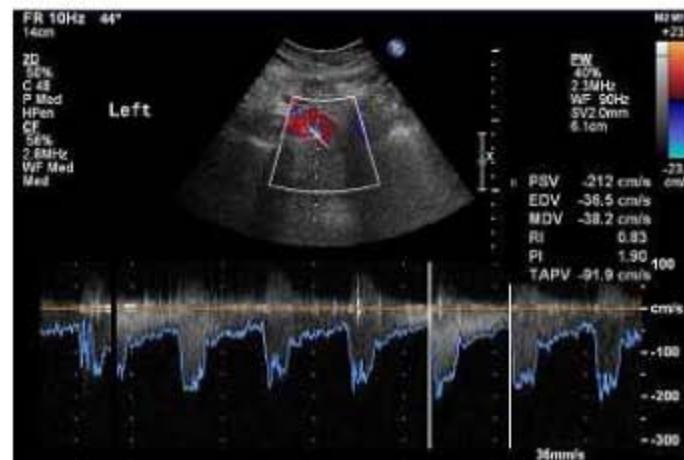
- 腎臓の血管(腎動脈)にも動脈硬化が起こります。
- 腎動脈硬化症は無症状です。
- 2次性高血圧の原因として最も多い(高血圧患者さんの2~5%が腎動脈硬化症を持つと言われていています)
- 狭心症/心筋梗塞/大動脈瘤など既に動脈硬化を持っている患者さんの10~20%に見られるという報告もあります。
- 腎動脈硬化症が進行して腎不全/心不全などを来すこともあります。

腎動脈エコー

- 腎臓の大きさ／形などを評価します。
- 腎臓の栄養血管（腎動脈）が動脈硬化などで狭くなっていないか観察します。
- 腎臓内の血流を観察します。



腎臓の観察



腎血流の観察

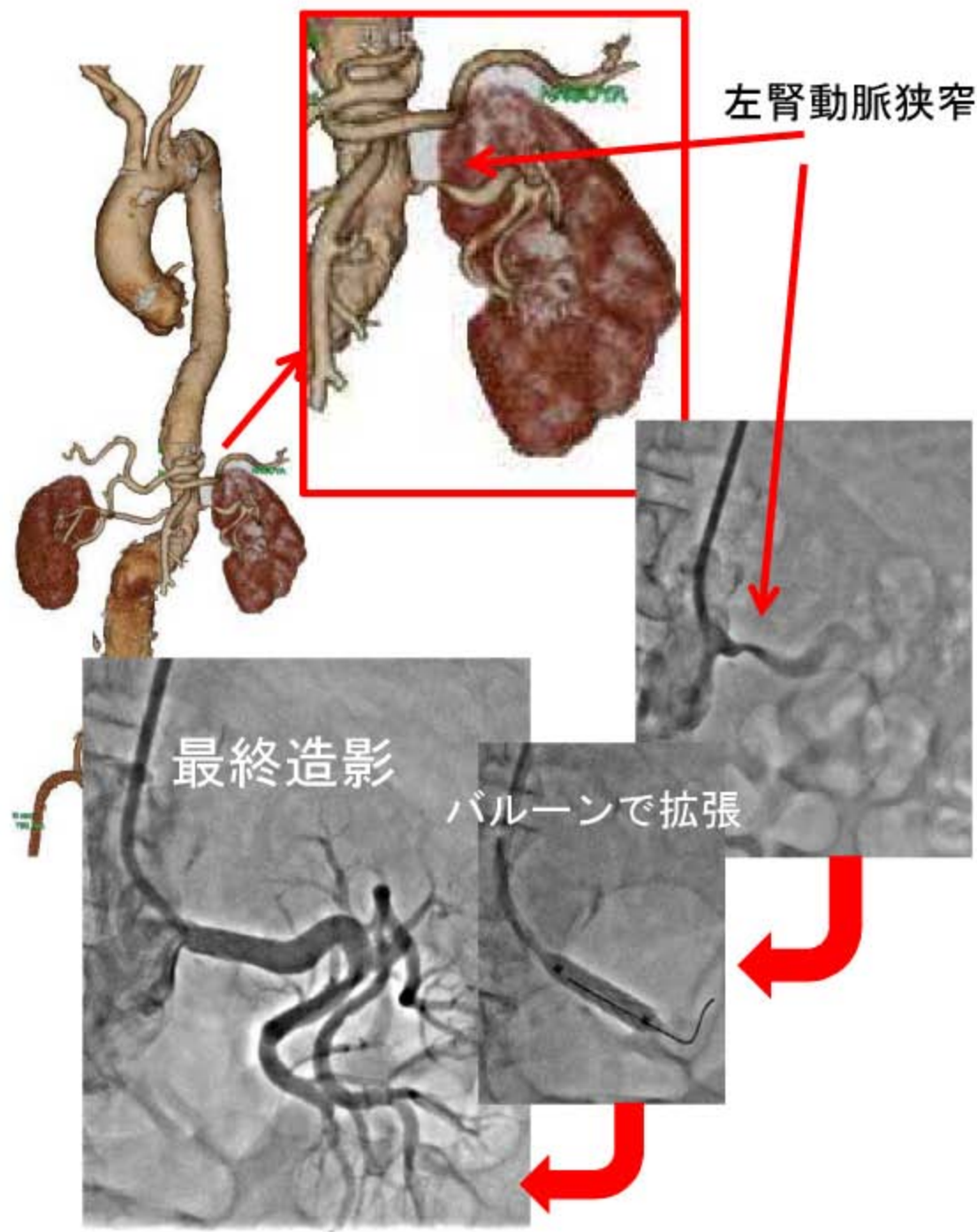


腎動脈硬化症の カテーテル治療

腎動脈硬化症が重篤な場合はカテーテル治療の対象になります。

冠動脈と同じようにバルーンカテーテル/ステントによる治療を行います。

腎動脈硬化症による狭窄を治療することで高血圧の改善や心不全/腎不全の予防が期待されます。



閉塞性動脈硬化症

- 閉塞性動脈硬化症は、主に下肢の血管が慢性に閉塞することによって、足の冷感や歩行による足の痛み/だるさを自覚し、重篤になると下肢の壊死にまで至ることがある病気です。
- 狭心症や脳梗塞などを合併する頻度が高い病気です。
- 問診/ABI/エコー/CTなどで診断出来ます。

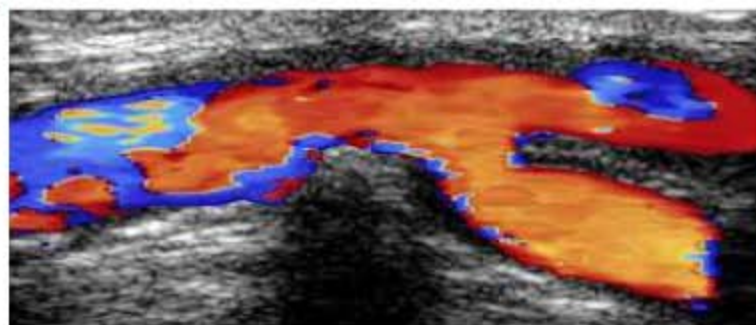
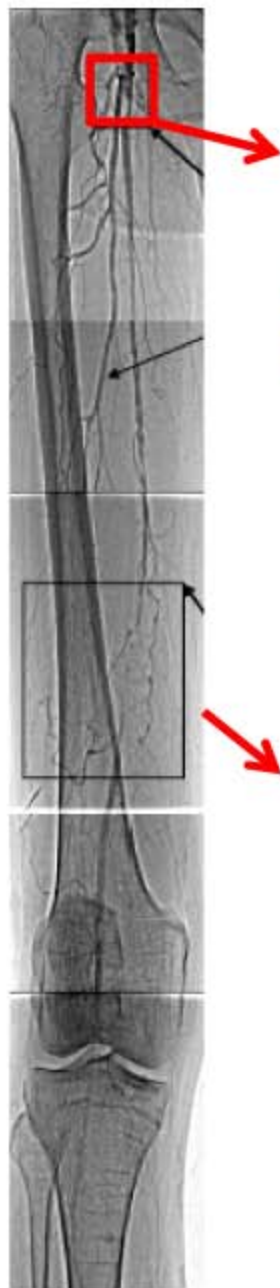


下肢血管エコー

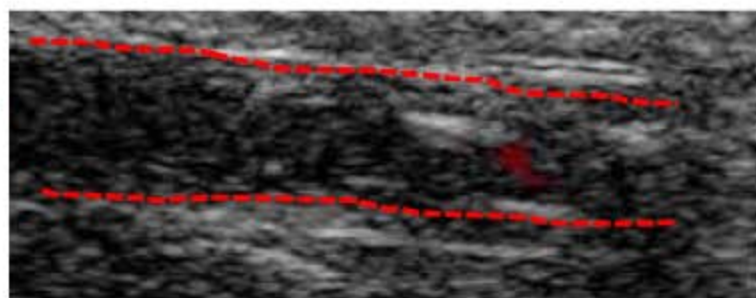
下肢血管エコー検査では、動脈硬化の有無などの血管の性状の観察や、ドプラー法による血管の詰まり具合(狭窄度)の評価などが出来ます。

体にストレスをかける検査ではないので痛みもなく何度でも行うことができます。

ストレスなく何度でも行えるのでカテーテル治療の前後/慢性期の評価に有用です。

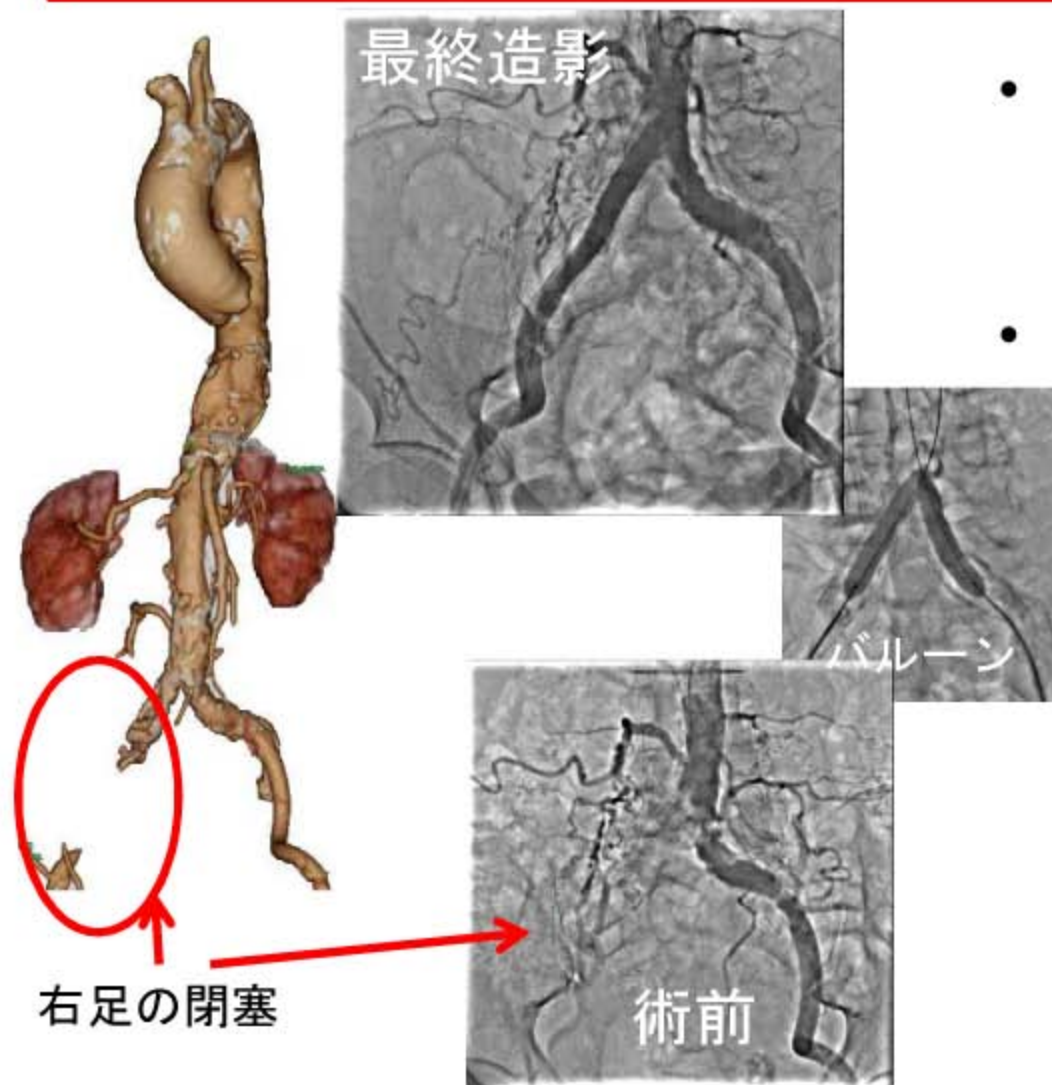


ドプラー検査で血流を認めます



血管(赤い点線)内にドプラー検査で血流を認めず、閉塞していることが観察出来ます。

閉塞性動脈硬化症のカテーテル治療



- 閉塞性動脈硬化症が重篤な場合はカテーテル治療の対象となります。
- バルーンカテーテル/ステントによる治療を行います。

