

<動脈硬化>

みなさん「動脈硬化」についてご存知ですか？今回は動脈硬化とは何か、体にどのような影響を及ぼすか述べていきます。

動脈硬化とは？

文字通り「動脈が固くなる」ことです。動脈硬化で多いのは主に次の2つになります。

①アテローム（粥状）性動脈硬化

血管内にコレステロールが蓄積され粥状の塊ができ

血管内が狭くなる状態

②細動脈硬化

老化に伴い動脈の弾性がなくなり固くなる状態

・動脈硬化が進んでしまうと…

「高血圧」「心肥大」「心不全」など心臓に負担がかかり、また血管が破れたり、血流が途絶える事で「脳卒中」「狭心症」

「心筋梗塞」などを引き起こし、生命の危険を招きます。

・動脈硬化に注意が必要な人

「高血圧」「高血糖」「高脂血症」「ストレス」「喫煙」など生活習慣との関わりも大きく関係がありますので、心当りのある方はご注意を！

・検査でわかる動脈硬化

自覚症状がないため、医療機関では「キャビィ検査」という方法で

検査を行います。両足・腕の血圧と脈波を測定し「動脈の固さ」「動

脈の詰まり」「血管年齢」を診断します。 ※当院でも検査できます。

年齢を重ねると動脈硬化になりやすく、ある種の「老化現象」とも言

えますが、上記にも記したように生活習慣などで進行を早め、重大な

疾患につながり命を落としかねません。ですから、日頃から適度な運動や食事に気をつけ規則正しい生活リズムを作るように心掛けましょう。

しなぐろ整形外科クリニック