

動脈硬化について

動脈硬化とは

動脈の血管が硬くなって弾力性がなくなった状態のこと。

また、血管の中にプラーク(※)が付いたり、そこから血栓が生じたりして動脈が詰まりやすくなる危険性があります。

動脈は心臓から送り出された血液を全身に運び酸素や栄養を様々な場所へ渡す役割があります。

動脈硬化は大きく分けて **3** 種類ある

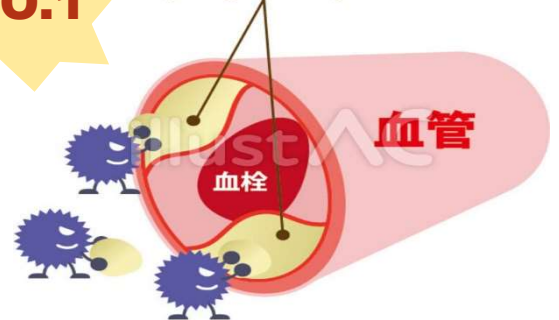
狭い！

アテローム
動脈硬化

血管の内膜に悪玉コレステロールと言われます。
LDL コレステロールが溜まることでプラークが形成され、血管の通り道が狭くなる動脈硬化です。

NO.1

プラーク

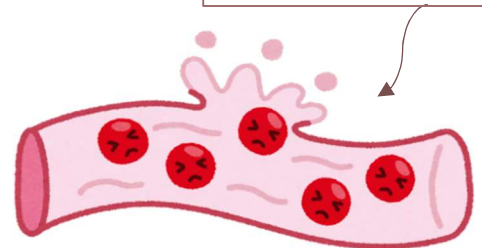


硬い！

中膜硬化
メンケルベルグ型

動脈の中膜にカルシウムが溜まり、骨化します。
中膜が壊れやすくなり、血管の壁が破れることもあります。大動脈、下肢動脈、首の動脈に起こりやすい動脈硬化です。

内膜、中膜、外膜の3層
全部がもろくなり、破れやすい！



細動脈硬化

細い血管が硬くなり血流が滞る動脈硬化です。
高血圧が長く続いて引き起こされることが多いのが特徴
腎臓の血管に多いです。

男性腹囲基準: 85 cm

女性腹囲基準: 90 cm

脂質異常症の基準値

実はコレステロールは本来、細胞膜の成分になる役割を持っていたり、**ビタミンD**の原料になります

LDL
コレステロール

140mg/dL 以上

境界域

120~139mg/dL

HDL
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

Non-HDL
コレステロール

170mg/dL 以上

境界域

150~169mg/dL

大濠内科では専門の技師による頸動脈エコー検査を行っています。



動脈硬化の合併症



頸動脈(首の血管)にプラークができ、血管が狭くなった状態を「頸動脈狭窄症」、進行してすでに詰まった状態を「頸動脈閉塞症」と呼んでいます。

頸動脈狭窄症や頸動脈閉塞症、脳の血管が閉塞すると**脳梗塞**（アテローム血栓性梗塞）を発症する危険性が高まります。

また、血管がもろくなり破れる「**脳出血**」や「**クモ膜下出血**」もあります。



心臓の冠動脈にコレステロールが詰まり、狭くなると**狭心症**の原因になります。

進行が進み血管が詰まると**心筋梗塞**を発症する危険性が高まります。

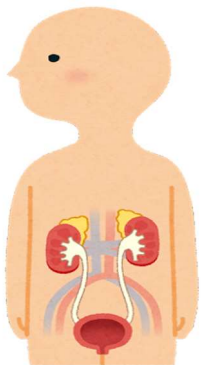


手足の動脈硬化が進み、血管が詰まったりして冷感・しびれ・歩行時の痛みが起きます。これを**閉塞性動脈硬化症**といいます。

太ももの付け根(大腿動脈)や足の甲(足背動脈)を触り、脈が触れない事で診断できます。

進行が進むと間欠性跛行が出現したり、安静時でも痛くなったりします。

※間欠性跛行(かんけつせいはこう)…しばらく歩くと足に痛みやしびれを生じ、少し休むとまた歩けるようになる症状



腎硬化症は、高血圧が原因で起こる動脈硬化です。

細動脈に圧力がかかり血管内の細胞が刺激され増殖した結果血管が狭くなります。

老廃物が出せなくなるため**慢性腎不全**を起こす危険性が高くなります。

採血で **eGFR が 60 未満の場合は注意！**

動脈硬化の検査

大濠内科で受けられる動脈硬化などの検査紹介です。
気になったらすぐ受診してください。

ABI 測定:両腕、両足の血圧を測り手と足の血圧を比べる検査 + 頸動脈エコー

【診断基準】

1.4 より数値が大きい→要注意(石灰化の疑い)

1.0~1.4 の範囲内→正常

0.9~1.0 の範囲内→正常だが境界領域

0.9 より数値が小さい→要注意(末梢動脈疾患の疑い)

参考文献:厚生労働省 e-ヘルスネット

一般社団法人 日本動脈硬化学会ガイドライン

MSD マニュアル

特定非営利活動法人 日本成人病予防協会