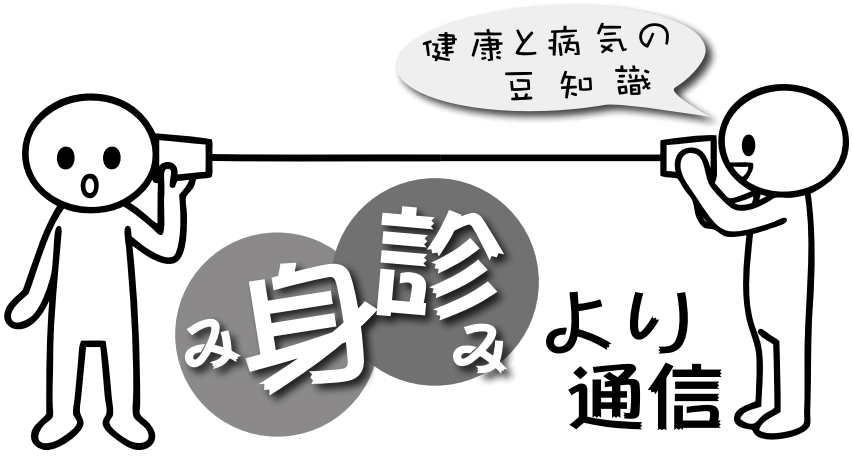

実は怖い！動脈硬化のお話

診療技術部　臨床検査科　臨床検査技師　高橋　真菜美

近年、食生活や生活様式が欧米化したことによる高血圧や糖尿病などの生活習慣病の増加や、社会全体の高齢化に伴い、動脈硬化を原因とする疾患が増えています。動脈硬化が進むと、血管が破裂してしまったり血栓による閉塞が起きたりします。破裂や閉塞が起こる場所によっては、脳出血、脳梗塞、心筋梗塞などの重篤な疾患を引き起こす可能性もあります。

今回は、私自身が働いている中で、最近目にすることの多い「末梢動脈疾患（PAD）」についてご紹介します。あまり聞いたことがない病名かもしれませんが、これは動脈硬化を原因とする疾患の１つで、動脈硬化が足の血管に起こり、足に十分な血液が流れなくなってしまう病気です。その結果さまざまな症状が起こります。初期症状としては足の冷えやしびれ、間欠性跛行（少し歩くと足が痛み、休むと治ること）が見られます。さらに悪化すると、じっとしていても足が痛むようになったり、潰瘍ができたり、壊疽（組織や細胞が死んでしまった部分に腐敗菌感染などが生じ、さらに悪化したもの）が起きたりしてしまいます。ひどい場合は足の切断を余儀なくされる場合もある大変怖い病気です。

足がしびれる、痛いという症状がでると、「これは神経から来てるのかな？」と思いがちですが、もしかするとその症状は血管が原因となって生じているかもしれません。透析をしている方や糖尿病の方は特に注意が必要です。

このようにさまざまな病気の原因となる動脈硬化の検査方法の１つとして、血圧脈波検査（ABI）というものがあります。これは、腕と足の４か所の血圧を同時に測る検査です。10 ～ 15 分程度かかりますが、ベッドに横になっているだけで検査は終了します。腕や足で血圧測定ができなくても対応できる場合がありますので、お気軽にご相談ください。

動脈硬化を早期発見するためにも、気になる症状があるという方はかかりつけ医に相談することをおすすめします。市立病院ではお手軽健診を行っています。先ほどお話しした ABI 検査だけではなく、血糖値や脂質の検査などさまざまな項目に対し、ご自身で選んで検査を受けることができますので、ぜひご利用ください。動脈硬化は規則正しい生活を送ることで予防することができます。食生活では塩分、糖分、油ものをとり過ぎない、適度な運動を心がける、お酒やたばこは控えるなど、私生活の中でできることから少しずつ始めてみましょう。

11月の救急医療機関

	外科休日当番医（8:30 ～翌 8:30）	歯科休日当番医（9:00 ～ 12:00）	電話番号	住所
3 日(水)	滝川脳神経外科	塚本歯科医院	0125-23-2508	滝川市栄町４丁目４番 22 号
7 日(日)	滝川脳神経外科	深川第一病院歯科口腔外科	0164-23-3516	深川市あけぼの町１－１
14 日(日)	市立病院	グリーン歯科クリニック	0125-54-3434	砂川市西３条北４丁目１－ 15
21 日(日)	滝川脳神経外科	芦別ふじい歯科医院	0124-22-1221	芦別市上芦別町 50 － 61
23 日(火)	市立病院	さとう歯科医院	0125-53-3710	砂川市空知太東１条３丁目１番 12 号
28 日(日)	市立病院	さいとう歯科	0125-77-2028	雨竜町字満寿 33 番地 24

※市立病院…℡ 22-4311/ 大町２丁目２－ 34　　滝川脳神経外科…℡ 22-0250/ 西町１丁目２－５
休日の内科・小児科の診療は市立病院で受け付けます（8:30 ～翌 8:30）。
平日の時間外診療の協力医療機関については当番病院案内ダイヤル（℡ 22-2299）でお知らせします。