

動脈硬化検査を 受けてみませんか？

検査から診断～治療まで

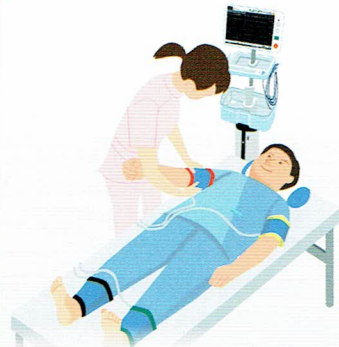


**FUKUDA
DENSHI**

動脈硬化検査とは？

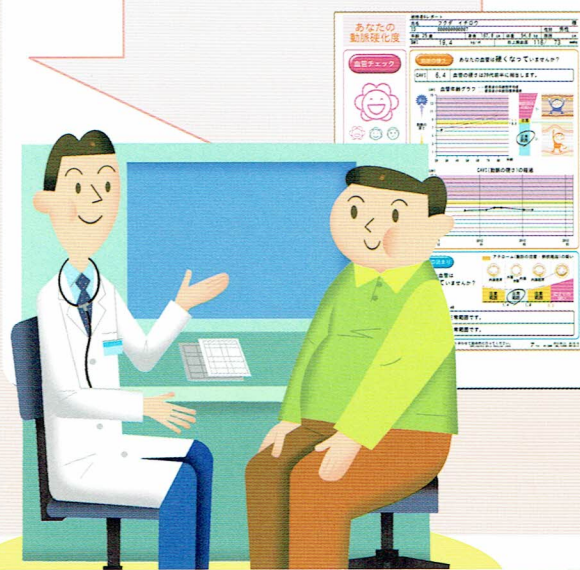
検査はこんなに簡単です

1 ベッドに横になって
心音マイク、カフを付けます。



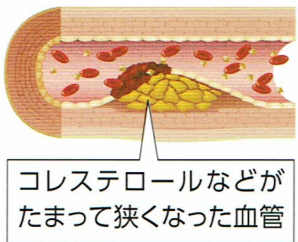
2 血圧を計るのと同じ要領で、
わずか4分程度で検査終了。

3 結果はすぐに出ます。
その場で先生から説明を
受けることができます。



動脈硬化とは？

血管の弾力性が失われ、硬くなったり血管壁にコレステロールなどがたまり、内径が狭くなって血液の流れが悪くなった状態を動脈硬化といいます。



動脈の硬さ

CAVI(キャビイ):

心臓から足首までの

動脈の硬さの程度

を表す指標です。

CAVI値が9.0以上で、動脈硬化の可能性があります。

動脈の詰まり

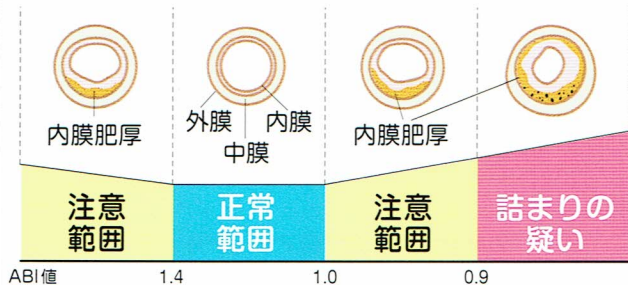
ABI(エービーアイ):

足関節上腕血圧比は

足の動脈の詰まりの程度

を表します。

この値が0.9を下回ると、動脈が詰まり気味で血流が悪くなっている可能性があります。



動脈硬化の危険因子

既往歴は？

- 高血圧()
- 糖尿病()
- 脂質異常症()

検査結果は？

- 心電図異常()
- 肥満()
- 血管年齢()
- クレアチニン(腎機能)()

生活習慣は？

- 食事()
- 運動()
- たばこ・酒()
- ストレス()

動脈硬化が進むと…

- 脳出血
- 脳梗塞
- 心筋梗塞
- 狭心症
- 閉塞性動脈硬化症等

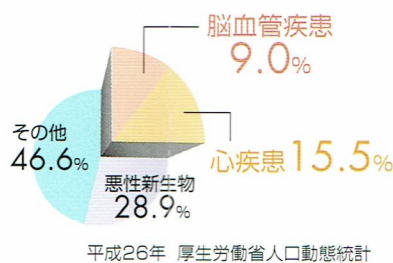
命にかかわる病気につながります。



動脈硬化は生活習慣病です。
次のような事に気をつけて
予防に努めましょう。

日本人の死因の25%は動脈硬化?!

動脈硬化が大きな原因となる疾患2つを合わせると、死因の25%を占め、これはガンにも並びます。



運動による改善

ストレス解消をかねて、
適度な運動を習慣にしましょう。

ウォーキングなど
有酸素運動を週に2回、
1回30分以上取り入れると
良い効果が期待できると
言われています。



食事による改善

食べ過ぎに注意し、規則正しい
食事をしましょう。

野菜や海藻類を取りましょう。いわしやさばなどのEPAを多く含む青魚を摂取するように心掛けましょう。



薬物による治療

動脈硬化の危険因子の改善、合併症予防のために、
脂質異常症治療薬(脂質異常症)・降圧薬・カルシウム拮抗薬(高血圧)・血管拡張剤・血栓溶解剤(閉塞性動脈硬化症)などを使用することがあります。



上記の療法については、主治医の先生の指導に従って行いましょう。