

動脈硬化は  
だいじょうぶ？

頸動脈エコーでわかる

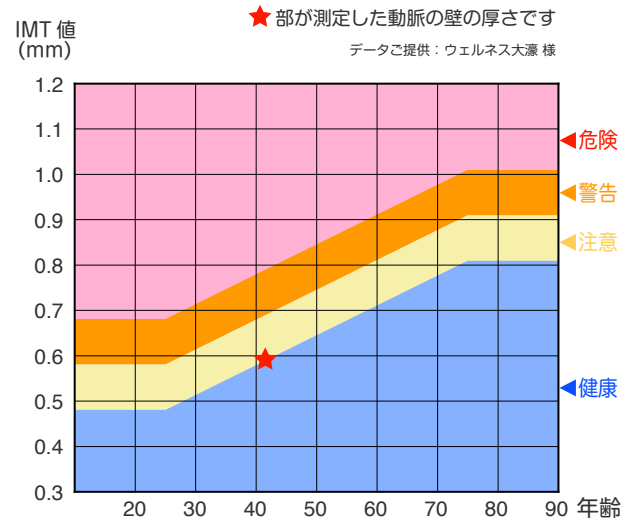
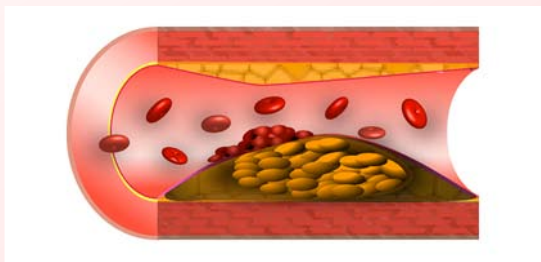
# 血管の健康状態

一脳梗塞・心筋梗塞の予防のためにー

## 動脈硬化の診断に頸動脈エコーが有効です

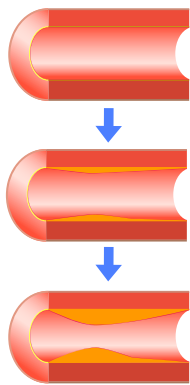
エコー検査（超音波検査）によって、からだの外から、血管の中の状態をみることができます。首の血管（頸動脈）は、脳や心臓の血管をうつす鏡です。頸動脈の動脈硬化がすすんでいると、脳卒中や心筋梗塞をおこす危険が高くなります。

動脈硬化の目印は頸動脈の壁の厚さ（IMT）です。動脈硬化は、血管の壁が厚くなることから始まります。IMTを計測することによって、医師が動脈硬化を早期に診断することが可能です。



## 動脈硬化とは

血管の壁が厚く、硬く変化して、血液の通り道が細くなり、血液が流れにくくなる病気です。



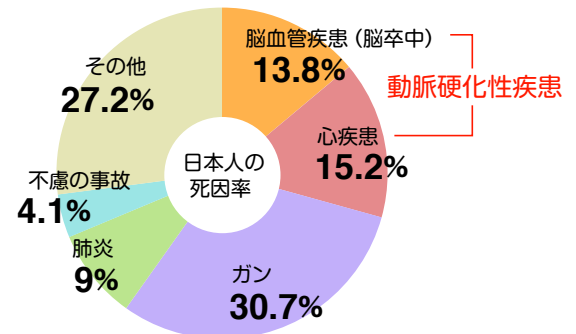
健康な血管

早期の動脈硬化

進行した動脈硬化

## 動脈硬化が進むと

脳や心臓などの血管がつまりやすくなります。脳卒中や心筋梗塞など、動脈硬化で血管がつまる病気で、日本人の約3割の方が亡くなっています。



厚生労働省「平成12年人口動態統計」より

## 動脈硬化を促進させる要因

生活習慣



喫煙



過度の飲酒



ストレス



運動不足

生活習慣病



高脂血症



肥満



高血圧



糖尿病

動脈硬化は加齢とともに誰にでも起こり得ます。不規則な生活習慣や、糖尿病・高血圧などの生活習慣病は、動脈硬化の進行を加速させる危険因子です。血管の健康状態を検査して、血管の老化を防ぎましょう。