

# 動脈硬化



糖尿病患者さんへのワンポイントアドバイス



動脈硬化とは…血管が硬くなり、血液の流れを妨げている状態です。  
年齢とともに血管は傷つき、動脈硬化は進行します。

しなやかで血流がスムーズな血管



プラーク(コレステロールのかたまり)ができて、硬く狭くなった血管



〈血管を傷つける危険因子〉

糖尿病  
高血糖

高血圧



脂質異常症  
高コレステロール

肥満



喫煙



さらに動脈硬化が進行

心筋梗塞 心不全  
脳梗塞 脳卒中



# 動脈硬化の検査



糖尿病患者さんへのワンポイントアドバイス



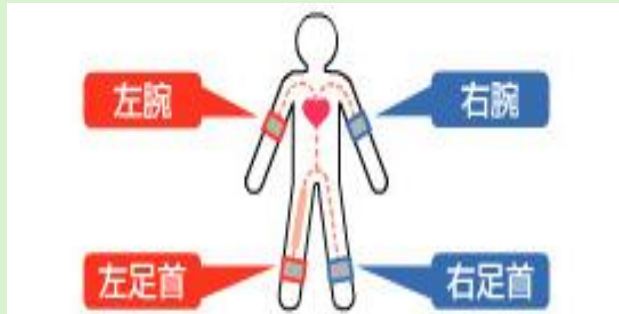
動脈硬化は、早期に発見して予防することが大切です。

当院でも動脈硬化の検査ができます。

糖尿病や高血圧、脂質異常症の治療に加えて、定期的な検査をしましょう。

## ABI 検査

手足の血圧を測定して、  
動脈の狭窄や閉塞を調べます。



$$\text{ABI} = \frac{\text{足首の最高血圧}}{\text{腕の最高}}$$

ABI が0.9以下…血管の詰まりの疑いあり  
1.4以上…血管の石灰化の疑いあり

## 頸動脈エコー検査

超音波で、頸動脈の壁の厚さや  
プラークの有無、血流などを  
計測します。

血管



プラーク

コレステロールなどが蓄積したかたまり