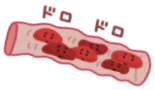
山クリ通信

2023年9月

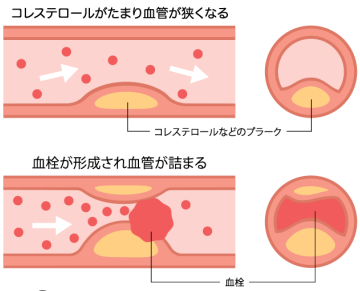
Vol.8

9 月に入りましてもなお日中は厳しい残暑が続いておりますが、お変わりございませんか。朝晩は涼しくなってきました。寒暖差で体調を崩さないようにしましょう。

動脈硬化



→動脈硬化とは、動脈の血管が硬くなって弾力性が失われた状態です。
内腔にプラーク(コレステロール)や血栓が生じて血管が詰まりやすくなります。 動脈硬化が進むと**心筋梗塞**や**脳梗塞**を引き起こす原因となります。
喫煙やコレステロール高値、高血圧、肥満、運動不足などで発症しやすくなります。



Q.動脈硬化になっているか調べるにはどうしたらいいの？
→A.頸部エコー検査、血液検査、血管脈波検査(ABI)をしてみましょう！
※ABI は動脈の硬さや血管のつまりがないかを調べます。

頸部エコー検査

頸部エコー検査とは、頸動脈の厚くなった血管壁やこびりついたプラーク(コレステロール)、血栓の有無などを評価することで、動脈硬化の早期発見や進行具合を知ることができます。
頸動脈は心臓と脳をつなぐ大事な血管です。
エコーゼリーを首に塗ります。それ以外は仰向けの状態のままなので身体に負担はかかりません。検査時間は 10～15 分程度です。
検査費用は 3 割負担で 1000 円程度です。

『高血圧』、『脂質異常(コレステロール値の異常)』、『糖尿病』、『肥満』、『喫煙習慣』、

『運動不足』に該当する方には検査を受けることをオススメします。

検査日の食事に関係なく受けることが出来る検査なので、お気軽にご相談ください(^^)/

医療法人　山口内科クリニック