



◆閉塞性動脈硬化症へ循環器の病気へ

●閉塞性動脈硬化症とはどんな病気か

動脈硬化が原因で、四肢（主に下肢）の血流障害を来すものを閉塞性動脈硬化症といいます。主に50〜60歳以降の男性に発症します。

閉塞性動脈硬化症のある人は、下肢の動脈だけでなく、全身の血管にも動脈硬化を来している場合が少なくありません。冠動脈疾患の合併が3割の人で、脳血管障害の合併が2割の人で認められます。

●原因はなににか

糖尿病、高血圧、脂質異常症、喫煙などの動脈硬化の危険因子をもっている人がかかりやすくなります。食生活やライフスタイルの欧米化により、動脈硬化を基盤とする閉塞性動脈硬化症が急速に増えています。

●症状のあらわれかた

初期の症状は、下肢の冷感やしびれです。進行すると、ある一定の距離を歩くとふくらはぎや太ももが重くなったり、痛みを感じるようになります。ひと休みするとおさまり、再び歩くことができます。

さらに、安静時にも痛みが現れるようになり、靴ずれなどがきっかけで足に潰瘍ができ、時には壊死（えし）に至ります。

●治療と方法

まずは、動脈硬化の危険因子である糖尿病、高血圧、脂質異常症の治療を行うことです。また、禁煙はとくに重要です。歩くことにより側副血行路（そくふくけつこうろ）が発達し血行が改善するため、足の症状が出るまでは、休みながらも繰り返し歩くように心がけます。

寒冷刺激は足の血管をさらに収縮させ、血液の循環を悪くさせます。そのため、靴下、毛布などを使って保温に努めます。入浴も血行の改善に役立ちます。足はいつも清潔にしておきます。爪を切る際は深爪をしないようにし、靴も足先のきつくもないものを選ぶようにします。

初期の冷感やしびれに対しては、血管を拡げる薬（血管拡張薬）や血液を固まりにくくする薬（抗血小板薬）を用います。足の痛みが強い場合には、バイパス手術や狭くなった動脈に風船やステント付きのカテーテルを挿入してふくらませる治療を行います。

●検査と診断

ふさがった部位より先の動脈の拍動が触れなくなり、四肢の血圧から足関節上腕血圧比を測ることにより、さらに詳しく下肢の虚血を診断できます。確定診断にはCT、MRIや血管造影検査が必要になります。

■閉塞性動脈硬化症にきづいたら

閉塞性動脈硬化症のある人は、下肢の動脈同様、心臓や脳の動脈も狭くなったり詰まっている可能性が大きく、全身の健康管理が必要になります。



【回答】穴埋め漢字・①黙 ②肉 ③潔 ④手 ⑤空 クロスワード・ケイロウノヒ

人と、ひとが心から。



さくら・介護ステーションとやま南

富山市掛尾町249 スペースイン掛尾3F

TEL076-481-6239

FAX076-481-6246

第 106 回 脳のトレーニング

■穴埋め漢字

マスに 1 字の漢字を入れて、
4 つの熟語を完成させます。
※矢印の方向で作ってください。

①

沈
↓
← 読 →
□
↓
考

④

握
↓
← 網 →
□
↑
選

②

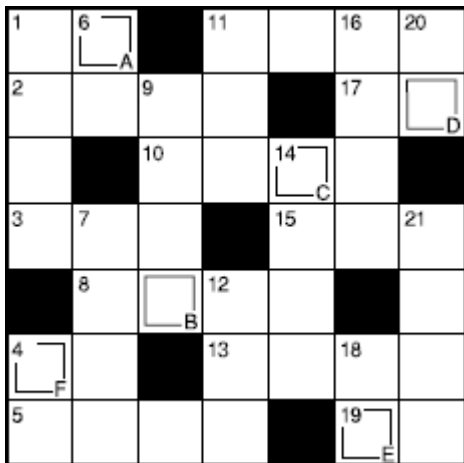
朱
↓
豚 → □ → 知
↓
親

③

純
↓
白 ← □ → 癖
↑
不

⑤

天
↓
青 → □ → 手
↓
中



■クロスワードパズル

★タテのカギ

1. ターザンが発する「アーアー」。
4. 旧国名の一つ。現在の岐阜県北部。
6. 家を数えるときに使う言葉。
7. 出前の品を入れて運びます。
9. レジに行って済ませます。
11. 中秋の名月に月見～を供えた。
12. 117 に電話すると聞けます。
14. 大安、先勝、友引といえば。
16. 膝と股関節の間にあります。
18. きこりの商売道具です。
20. 陸・海・～。
21. シェフが厨房で作るもの。

★ヨコのカギ

1. 水をくんだりすしを盛ったり。
2. 時計の文字盤を 12 時間で一回り。
3. バイオリンとチェロの中間の大きさ。
4. 古新聞をまとめて～でくる。
5. 鶏の 25 倍ほどの大きな卵を産みます。
8. 道路の通行規制がやっと～された。
10. 天女が着ている薄い服。
11. 餅であんを包んだ和菓子。
13. 花札に描かれている想像上の鳥。
15. 天気予報では雲のマーク。
17. ビルや校舎を数えるときに使う言葉。
19. おにぎりに巻きます。



A	B	C	D	E	F
□	□	□	□	□	□