

第 1199 回放送分『生活習慣病』4 回目

ゲスト：大西浩之ドクター

二見いすず

今月のドクタートークは「生活習慣病」をテーマにお送りしています。  
お話は、鹿児島県医師会 副会長 大西浩之（おおにし ひろゆき）ドクターです。  
大西さん、最終週もよろしくお願いいたします。

大西浩之Dr.

よろしくお願いいたします。

二見いすず

先週は糖尿病の治療についてお話しいただきました。  
今日は何についてお話しいただけますか。

大西浩之Dr.

今日は動脈硬化と検査についてお伝えいたします。  
高血圧や糖尿病、脂質異常症、悪玉コレステロールが多い人が気をつける理由は、  
数値を下げるということよりも、血管を守るためなんです。  
それが引いては脳卒中の予防や心筋梗塞の予防になります。  
ただそれには、患者さんご本人が生活習慣を改めてくださらないといけません。  
そのときに患者さんのモチベーションにつながるのが検査の結果です。

二見いすず

検査の結果がいいと励みになりますもんね。

大西浩之Dr.

そうですね。簡単なところだと、体重測定や血圧測定が良くなってくると  
ご自身でも頑張ろうと思えますし、生活習慣も改善していこうと思えますよね。  
これと同じで、動脈硬化の検査もおすすめです。  
年に1回取り入れることで、いい結果のために頑張ろうと思う方もいらっしゃると思います。

二見いすず

動脈硬化の検査はどのようなものがあるのですか？

大西浩之Dr.

ひとつが頸動脈エコー検査です。頸動脈とは、脳に血液を送る首の血管です。  
頸動脈エコー検査は、首の血管の様子を超音波で見ることができる検査です。  
これで血管の壁にプラークがついているかを確認します。  
全身の中でプラークが早くつくのが頸動脈なので、

頸動脈にプラークがついているということは、  
全身の血管もそうですが、特に心臓や頭の動脈に  
プラークがついている可能性が高いという予想が立ちます。

## 二見いすず

そういうことなんですね。  
プラークがつく原因はどんなものがあるのでしょうか？

## 大西浩之Dr.

高血圧、脂質異常、糖尿病、通風、喫煙などがあります。  
プラークを放置したまま進行してしまうと、脳梗塞のリスクが高まります。

## 二見いすず

早く発見するためにも、頸動脈エコー検査をしたいですね。  
検査は時間がかかるものなのでしょうか？

## 大西浩之Dr.

いいえ、15分くらいで済みます。痛みも伴わないので、ラクに検査できます。  
もう一つの検査がCAVIというもので動脈の硬さをみる検査です。

## 二見いすず

この検査も簡単にできるのですか？

## 大西浩之Dr.

はい。腕に巻くだけの検査なので、簡単にできます。  
頸動脈エコー検査とセットで検査する方が多いです。  
人間ドックにオプションをつけて検査できるので、  
まだ一度も受けたことがない方は、ぜひ検査されてみてください。

## 二見いすず

よくわかりました。  
今月は「生活習慣病」について  
鹿児島県医師会 副会長 大西浩之ドクターに貴重なお話をさせていただきました。  
大西さん、ありがとうございました。

## 大西浩之Dr.

ありがとうございました。