

# 糖尿病と動脈硬化

～合併症にならないために～

食べ物が消化されて作られるブドウ糖は、膵臓で作られるインスリンというホルモンの働きで細胞に取り込まれ、エネルギー源として使われます。しかし、インスリンの量が少なかったり、働きが悪いと血液中のブドウ糖の量が増えてしまい、高血糖になります。

こうして血糖値が高い状態が続くと、次第に全身の血管が傷ついていきます。しかも、自覚症状なく血管が傷んでいきます。

細い血管の合併症に分類されるのは腎症、網膜症、神経障害の3つです。太い血管の合併症に分類されるのが動脈硬化です。そのなかでも、心筋梗塞、脳梗塞、下肢の閉塞性動脈硬化症などが挙げられます。

## 細い血管の合併症

腎症⇒人工透析が必要になる原因のトップで、年間約 16,000 人が透析導入されています。

網膜症⇒成人後の主要な失明原因の一つであり、毎年約 3,000 人が失明していると言われています。

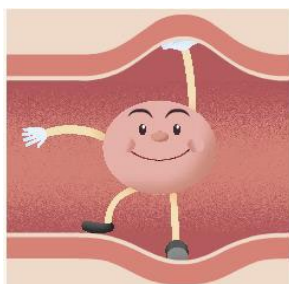
神経障害⇒手足のしびれやひどい下痢・便秘、排尿障害など体全体に障害が現れます。

## 太い血管の合併症＝動脈硬化

糖尿病に加えて高脂血症や高血圧などを併発していると、動脈硬化が進行し心筋梗塞や脳梗塞、下肢の閉塞性動脈硬化症などをおこしやすくなります。

今回は太い血管におこる**動脈硬化**と、当院で行っている**動脈硬化の検査**についてご紹介します。

**動脈硬化とは…**動脈の壁の弾力性がなくなり、狭窄し詰まりやすくなった状態のこと。



やわらかでしなやかな血管



動脈硬化をおこした血管

## 動脈硬化の検査

### ABI・PWV 検査

ABI は足の血管の詰まり具合を、PWV は足の血管の硬さをみています。

検査方法は両手、両足の4か所に血圧計を巻き、同時に血圧を測定します。

4か所の血圧の比をみて、血管の詰まり具合や硬さをみます。

Q

動脈硬化検査はどうやって測定するの？

A

血圧を測るのと同じ感覚。検査時間はわずか5分です。

両手、両足首の4か所の血圧を同時に測定するだけで、ほとんど痛みはありません。薄手の服ならそのまま測定することができます。

とっても  
カンタン



## 頸動脈エコー検査

頸動脈とは大動脈から頭部へ血液を送る血管です。

エコー検査で頸動脈にプラークと呼ばれるコレステロールのかたまりがないかを見ます。

プラークが破綻して血栓が形成されると、脳の血管が詰まり脳梗塞の原因になります。

検査はベットに仰向けに寝ていただき、首にゼリーを塗って血管をみていきます。

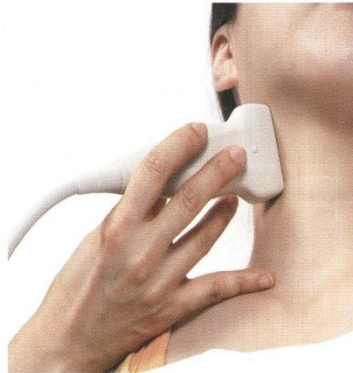


図10 前側面からのアプローチ

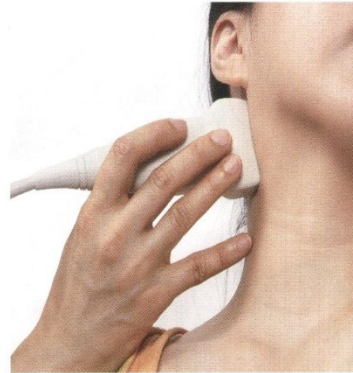
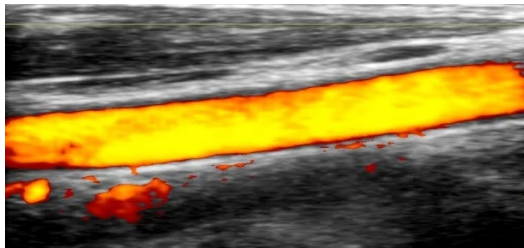
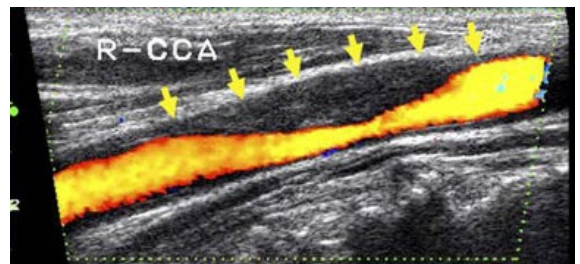


図11 後面からのアプローチ

## 正常



## プラークで狭くなっている血管



糖尿病は血糖値が高くなってしまっただけでなく、動脈硬化など様々な合併症を引き起こしてしまいます。

動脈硬化を防ぐには血糖値のコントロールと、高血圧や高脂血症に注意することが大切です。