

4月号からシリーズでメタボリックシンドロームを正しく理解するためのご紹介をしていきます。第1回目は、メタボリックシンドロームが引き起こす動脈硬化・動脈硬化性疾患についてみていきましょう。
 ※タイトルの「バイバイ☆メタボディ」には「メタボな体にさようなら」という思いが込められています。



健康支援課
 ☎973-3209

大きくなった脂肪細胞（肥満）・高血圧・高脂血症・高血糖・喫煙などさまざまな危険因子の影響を受けて起こるものです。
 血管壁の弾力性が失われて硬くなったり、血管壁の内側にさまざまな物質が沈着して血管の通り道が狭くなったたりしている状態の「メタボ」。

動脈硬化とは・・・

心臓から送り出される血液を全身に運ぶ血管のことで、十円玉の太さから髪の毛ほどの細い血管があります。これらの血管が各臓器や組織に栄養・酸素を運んでいます。（図3参照）

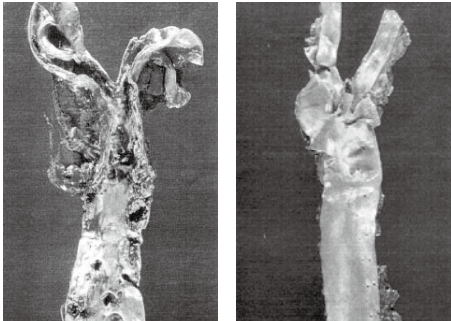
動脈とは・・・

平成20年度からメタボリックシンドロームを早めに見つける特定健診がスタートしました。
 メタボリックシンドローム及びその予備軍の状態にいることは、血管を傷めつけることに始まり血管の變化を経て動脈硬化性疾患を引き起こすことにつながります。

図1は血液の流れる部位が狭くなった状態です。図2は狭くなりやすい首の血管（頸動脈）の正常な状態と動脈硬化が進んだ状態を比較しています。

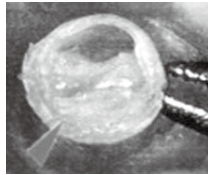
シリーズ「バイバイ☆メタボディ」だより No.1
「メタボリックシンドローム」はなぜいけないの？
特定健診は動脈硬化性疾患の予防につながります

図2 頸動脈の内側



沈着物による膨らみで内腔が狭くなっている状態
 凹凸がなく滑らかで正常な状態

図1



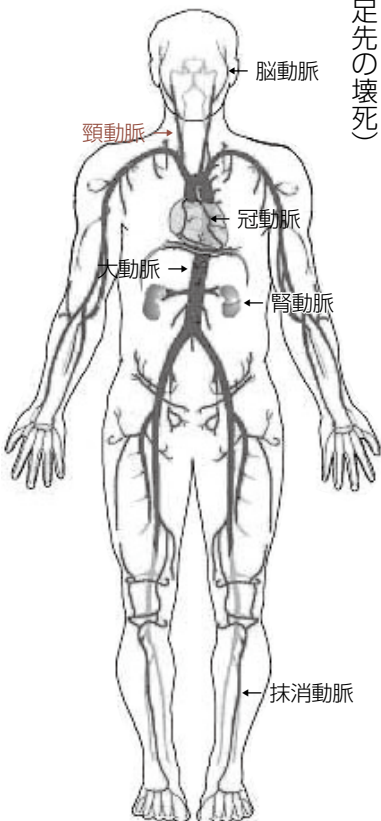
動脈硬化が進むと、血管が詰まったり、出血を起こします。そして、その先にある組織や臓器がダメージを受けることとなります。

動脈硬化性疾患とは・・・

動脈硬化がみられている血管の部位によって次のような疾患があります。（図3参照）

- 脳動脈 脳梗塞や脳出血
- 冠動脈（心臓に栄養を送る） 心筋梗塞や狭心症などの虚血性心疾患
- 大動脈 大動脈瘤（こぶのようにふくらむ）・大動脈解離（血管壁が裂ける）
- 腎動脈 腎硬化症やそれによる腎不全
- 末梢動脈 閉塞性動脈硬化症（足のしびれ痛み、足先の壊死）

図3 主要な動脈



特定健診では、動脈硬化の原因となる危険因子の状態を知ることができます。また、健診を受けてあと、複数の危険因子を重ねもち、「積極的支援」と判定された方には二次健診のご案内をしています。二次健診では、超音波検査（エコー）で血管の詰まり具合を確認することができます。

**毎年一回の健診を
 欠かさず受けましょう**

これらの疾患は直接死に至ることをはじめ、さまざまな症状から日常生活に支障をきたすことや高額な医療費が発生することが考えられます。