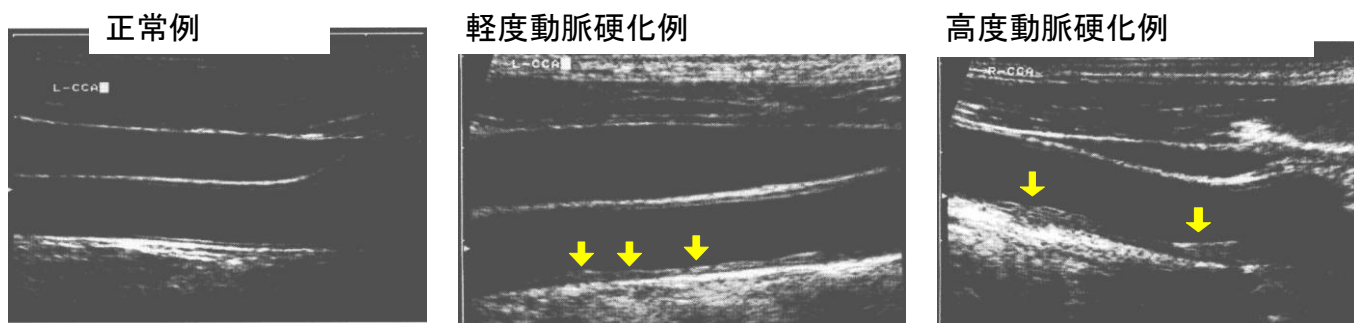


頸動脈エコーについて

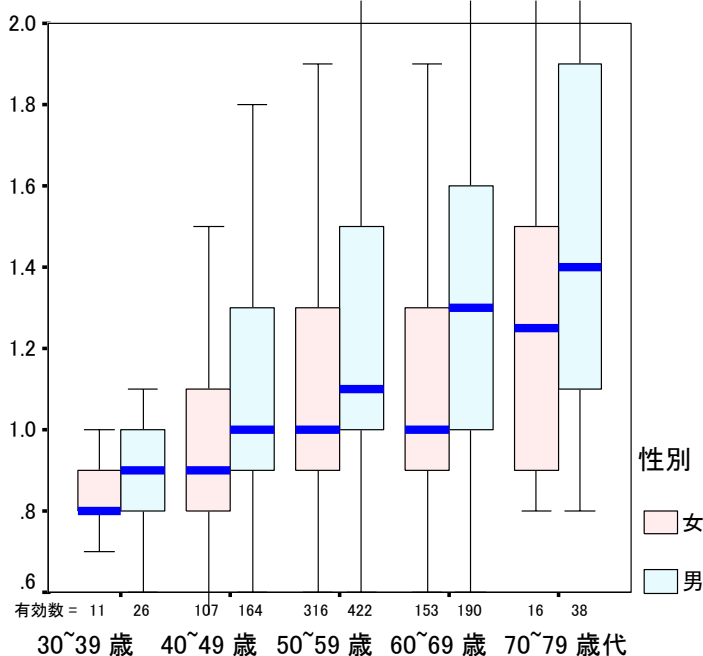
動脈硬化は全身の血管に起こりますが、左右の頸(けい)動脈は、心臓から脳へ行く最も太い血管が体表面近くを走行し超音波での観察が可能です。いわば“動脈硬化の窓”ともいえる頸動脈を超音波で照らし出すことで全身の動脈硬化の進行程度を推定できます。



結果判定の指標: maxIMT(壁厚)

検査結果は頸動脈の血管壁の最も厚い箇所の壁厚(maxIMT)で表します。maxIMTの値は心臓の冠動脈硬化症や数年後の脳梗塞発症の予測因子となることが複数の臨床研究で証明されています。当院では日本脳ドック学会ガイドラインに基づき maxIMT 1.1mm 以上の壁厚を異常として判定していますが、基準値は年齢によって異なります。参考までに当院の受診者の年齢別の maxIMT の基準値を示します。

当院受診者の性・年齢別の頸動脈最大壁厚 (maxIMT)



左図は過去に心筋梗塞や脳卒中を起こした方(これらの方は平均で2.0mmを超えます)を除く受診者の結果です。青色の中心線は中央値を示します。60歳代男性では半数以上の方が1.1mmを越えます。一方40歳代なら男女とも半数以上の方は1.1mmを越えません。当院受診者に限らず男性は女性に比べて maxIMT 値は高めです。これは男性に高血圧や代謝異常、喫煙者が多いこと、また将来の動脈硬化性疾患も多いことを反映しています。しかし女性でもなお maxIMT の測定は有用です。

動脈硬化を指摘されたときの対策

頸動脈で観察される動脈硬化は早期の段階のものであり、直ちに病気を起こすわけではありません。動脈硬化は数年~数十年のスパンで進展し、主な要因は高血圧、脂質異常症、糖尿病、喫煙、加齢です。動脈硬化を指摘されたら、これらの生活習慣病がないかどうかを見直し、できることから取り組み始め、長い眼で続けることが大事です。すでに血圧などのお薬を飲んでいる方でも今一度自宅血圧を測定し、適正な値まで下がっているかを確認し治療の質を高めてください。数年後に maxIMT が進展しないことを、そしてさらにその先に動脈硬化による病気を起こさず元気でいられるよう願っています。