

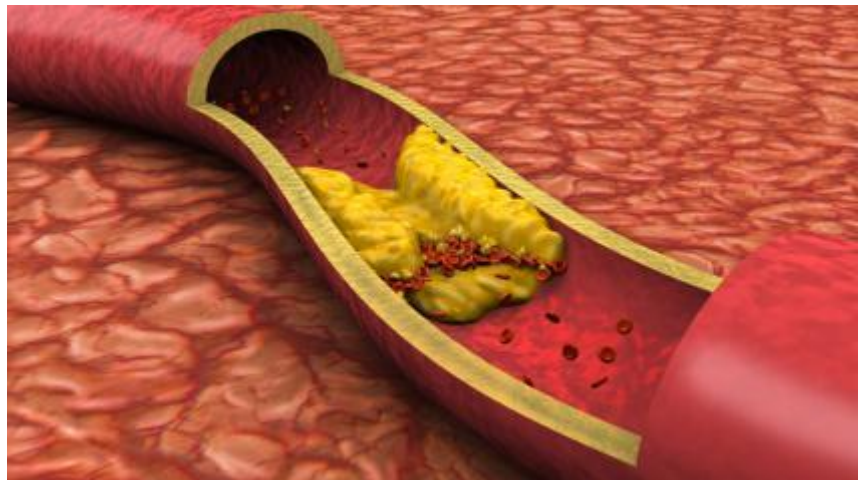
末梢血管障害とは？

末梢血管障害とは下肢の血管にプラークと呼ばれるこぶができ、血管が詰まってしまったり、血管が細くなってしまうことです。プラークがたまってくると血管が硬く、狭くなります。これはアテローム性動脈硬化症と呼ばれています。この結果、下肢への血流が減ります。

血管障害は下肢に起こることが多いですが、ほかの場所でも起こります。大動脈へ繋がる血管、脳に繋がる血管、腕に繋がる血管、腎臓に繋がる血管、腹部に繋がる血管などです。心臓の血管が硬くなり、細くなった場合は冠動脈疾患と呼ばれています。

末梢血管障害がある人は、心臓発作や脳梗塞で死亡する可能性が2~6倍高くなります。

アメリカでは末梢血管障害と糖尿病が下肢の切断の主な原因です。



末梢血管障害は生活習慣を変えたり、薬を飲んだり、必要によっては手術によって治療することができます。末梢血管障害がある人は心臓発作や脳梗塞のリスクが高いため、循環器系の病気のリスク管理が必要です。

末梢血管障害がある人でも下肢がつったり、痛かったり、疲労感があるなどの症状がない人がいます。

末梢血管障害がある人のうち実際に治療を受けているのは、たった4分の1の割合とされています。

リスクをコントロールするには？

末梢血管障害のリスクは減らすことができます。リスク要因とは末梢血管障害が起こる可能性を高める条件のことです。

リスク要因

- 喫煙
- 高コレステロール
- 高血圧
- 運動をしない
- 肥満
- 糖尿病



治療のオプション

- 禁煙プログラム
- 血圧コントロール
- コレステロールを下げる
- 糖尿の血糖値をコントロールする
- 血管閉塞を防ぐ薬
- 食事改善
- 運動プログラム



外科的治療：

血管の詰まり方の程度によって、さまざまな種類の外科的治療があります。

末梢血管障害によく見られる症状：

- 下肢の疲労
- 歩いた時に下肢、もも、おしりに痛みがあり、休むと痛みが消える
- 睡眠を妨げる下肢、足の指の痛み
- 下肢にある治りにくい傷

末梢血管障害がある人は下肢に傷ができた場合、傷が大変治りにくい場合があります。末梢血管障害が原因の傷の写真を見てみましょう。



親指の傷



踵の傷

このような傷がある人は今すぐ医師に診てもらいましょう。傷の治療が専門の**創傷ケアセンター**に相談するのもよいでしょう。

参照：<http://www.apma.org/>