

## 生活習慣病センターだより

～ 動脈硬化の検査 ～

2016年12月発行

### 【血圧脈波検査ってどんな検査？】

両手・両足首に血圧計のカフを巻き、血圧を同時に測ります。手と足の血圧を比べたり、脈波の伝わり方を調べることで、動脈硬化の程度を数字（ABI・PWV）で表します。



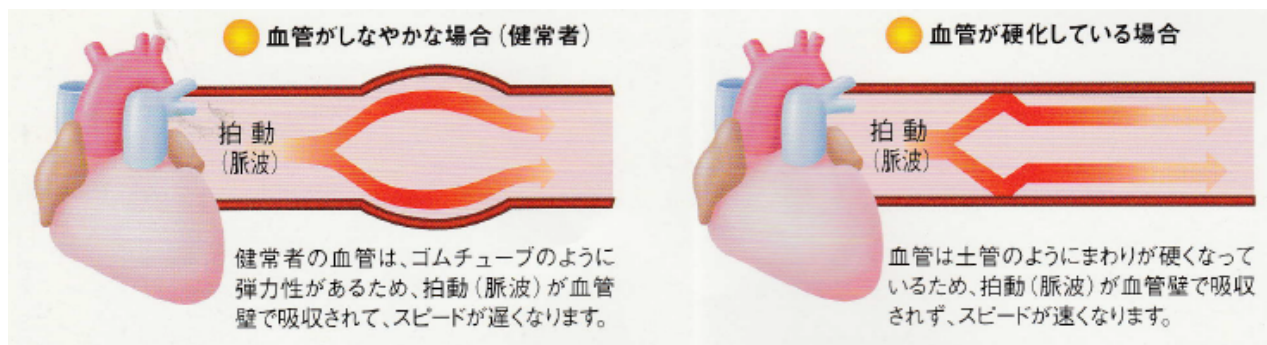
きつめに加圧します。  
痛いと感じる方もいら  
っしゃいますが、身体  
に害はありません。

### 【検査でどんなことがわかるの？】

- ◆ ABI（上腕と足首の血圧比）で血管の狭窄がわかります。通常、足首の血圧は上腕より高いですが、足の血管が詰まっていると足の血圧が下がってきます。

基準値	$0.9 < \text{ABI} < 1.3$
0.9 以下の場合	動脈閉塞の疑いがあります
1.3 以上の場合	動脈が石灰化しています

- ◆ PWV（血管内を脈が伝わる速さ）で血管のしなやかさや、硬さがわかります。



PWV の基準値は年齢・性別によって異なります

血管を若く保つためには、適度な運動・食生活の改善・禁煙などが重要です

## ～近日中の患者教室のご案内～

教室名	内容	日時
肝臓病教室(総論)	肝臓病の食事療法・運動療法	1月16(月)15:00～
糖尿病教室	糖尿病とは 薬物療法・食事療法	1月17日(火)14:30～
肝臓病教室(各論)	肝硬変②(肝硬変の治療・薬物療法・症状のケア)	1月23日(月)15:00～
肝臓病教室(総論)	肝臓病の治療・薬物療法・日常生活の留意点	2月13日(月)15:00～
糖尿病教室	糖尿病の合併症と運動療法・フットケアと日常生活	2月21日(火)14:30～
生活習慣病教室(動脈硬化)	生活習慣病と足病変	2月23日(木)15:00～
肝臓病教室(各論)	肝臓がんとは (病態、主な症状とその看護)	2月27日(月)15:00～
生活習慣病教室	生活習慣病予防のための糖尿病食事療法のポイント	3月9日(木)15:00～
肝臓病教室	脂肪肝とは 食事療法・運動療法	3月13日(月)15:00～
肝臓病教室	自己免疫性肝炎、原発性胆汁性肝硬変(病態・治療内容)	3月27日(月)15:00～

時間:糖尿病教室 14:30～16:00

肝臓病教室・生活習慣病教室 15:00～16:30

場所:生活習慣病センター・1階学習ひろば

参加費:無料(申し込み不要 当日直接会場にお越しください)

1階エレベーター前です



日程・内容を変更する場合があります