足の閉塞性動脈硬化症について

はじめに

外科部長を務めさせていただいている北川と申します。外科では鼠径ヘルニア、急性虫垂炎、胆石、胃がん、大腸がん、乳がん、肺がん、そして動脈硬化で狭くなった血管の治療、静脈瘤の手術などを担当しています。

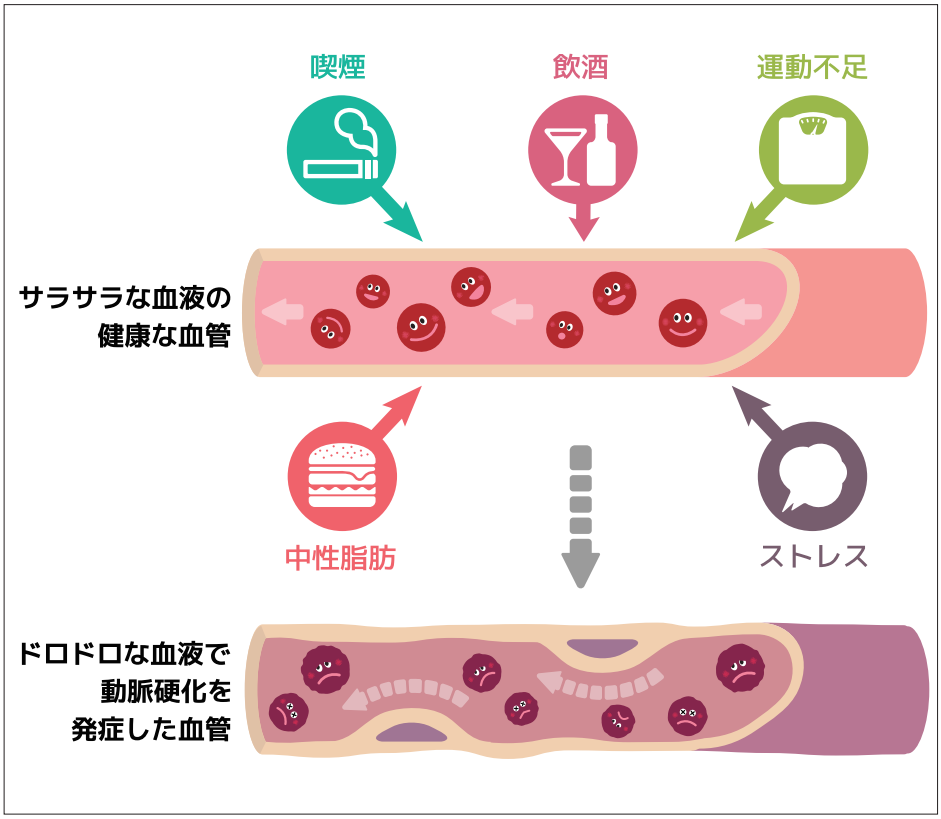
東京大学第一外科で外科医を志し、33年が経ちました。33年前と今では、日本人がなりやすい病気も変わりました。癌では胃がんは以前ほどは多くなく、もともと欧米で多かった大腸がん、乳癌が増えました。また、肥満、糖尿病、高脂血症が増え、動脈硬化による病気、そして静脈の病気が増えました。

今回は足の動脈硬化の話をさせていただきます。

全身に起こる動脈硬化

動脈硬化の原因は老化、喫煙、糖尿病、高脂血症などです。昭和の高度成長期までは魚、野菜などを多く食べていた日本人がハンバーガー、乳製品といった欧米型の食事を多くとるようになり、また、自家用車の保有率も増え日々の生活で歩く習慣が減り、肥満、糖尿病、高脂血症が増加、それとともに動脈硬化に関連する病気が増えました。

動脈硬化は脳、心臓、足の順に起こりやすいといわれています。脳の動脈硬化が悪化すると脳梗塞、心臓の動脈硬化が悪化すると心筋梗塞、足の動脈硬化が悪化すると閉塞性動脈硬化症が起こります。



外科部長
北川　剛（きたがわ　たけし）

【専門領域】
血管外科
消化器外科
外科一般

【主な資格】
日本外科学会　外科専門医
日本脈管学会　脈管専門医

足の閉塞性動脈硬化症 症状と治療

足の閉塞性動脈硬化症では足が冷える、長く歩くとふくらはぎが痛くなる、足先の軽度な傷が治らなくなり痛むといった問題が起きます。症状のほとんどは、じっとしていればそれほど困らないので心臓や脳の異常などに比べたら重要でないように感じられるのですが、足に動脈硬化が起きた方にはすでに脳、心臓に異常が潜んでいる危険が高いことが問題で、心臓病での死亡のリスクが高いことが報告されています。これらのことから、最近では全身の動脈硬化の指標として足の血圧を測る検査も行われるようになっています。当院でもCAVI検査という検査で評価が可能です。

足の閉塞性動脈硬化症の治療は、禁煙、そして糖尿病、高脂血症の管理を行った上で血液をサラサラにする抗血小板剤の服用、そして一日30分歩くことです。これらは足の症状の改善のために重要なだけでなく脳梗塞、心筋梗塞といった病気を予防して健康に長生きすることを目指すためにも必要です。生活習慣改善と薬の内服で症状が改善しない場合はカテーテルを用いて狭いところをバルーンで拡張したり、ステントという内張を血管の中からあてる血管内治療やバイパス手術を行う場合もあります。

おわりに

健康に長生きすることを目指すためには、禁煙を心掛け、適度な運動、食生活の適切なコントロールを年齢に合わせて考えていくことが重要です。

もし閉塞性動脈硬化症についてお困りのことがあれば、東京警察病院外科、あるいは循環器内科までご相談ください。