動脈硬化を予防するために受ける検査

日本臨床検査専門医会 三井田 孝

人間の動脈は、様々な臓器に血液を送るパイプの役割を果たしています。動脈硬化とは、動脈壁にコレステロールが沈着した粥腫（じゅくしゅ）ができたり動脈壁が硬化したりして、パイプとしての機能が低下した状態の総称です。動脈硬化自体には、痛み等の自覚症状は全くありません。しかし、動脈硬化が進行して動脈の流れが悪くなったり塞がれてしまったりすると、病変部位から先に酸素が充分送れず、最悪の場合には臓器や組織が死んでしまうことになります。動脈硬化になった血管の場所により、脳梗塞、心筋梗塞、閉塞性動脈硬化症などの病気が現れます。心筋梗塞の患者さんの約六割は、前日まで無症状で、突然に激しい胸痛が襲います。

動脈硬化を予防するために受ける検査には、動脈硬化を進行させる危険因子を調べる検査と、進行してしまった動脈硬化を見つける検査があります。前者の代表が、血清脂質や糖尿病関連の検査です。血清脂質検査には総コレステロール、ＬＤＬコレステロール、ＨＤＬコレステロール、中性脂肪などがあります。ＬＤＬはコレステロールに富む粒子で、高いとＬＤＬが動脈壁に沈着し動脈硬化を促進します（基準値：一四〇mg／dl未満）。ＨＤＬは直径が細胞膜の厚さほどしかない小粒子で、血管壁に沈着したコレステロールを引き抜き動脈硬化を抑制します（基準値：四〇mg／dl以上）。ＬＤＬコレステロールとＨＤＬコレステロールを直接測定する方法は、日本で開発され世界中で診療に使われています。総コレステロールは、ＬＤＬやＨＤＬを含む血液中全体のコレステロール量を表すため（基準値：二二〇mg／dl未満）、ＬＤＬとＨＤＬのどちらが高くても異常値となるので注意が必要です。コレステロールは一日を通してほぼ一定ですが、中性脂肪は食後に上昇するため採血は午前中の空腹時に行います（基準値：一五〇mg／dl未満）。内臓脂肪が蓄積している人（ウエスト径が男性八五cm以上、女性九〇cm以上）では、高中性脂肪血症・低ＨＤＬコレステロール血症・高血圧（一三〇／八五mmHg以上）・糖代謝異常（空腹時血糖一一〇mg／dl以上）を認める場合が多く、動脈硬化が進行しやすいハイリスク群（メタボリックシンドローム）として注目されています。

動脈硬化を早期に見つける検査には、粥腫を調べる頸動脈の超音波検査と血管の硬化度を調べる脈波伝播速度（ＰＷＶ）があります。どちらも痛みを伴わない検査で、多くの診療所や病院、健診施設で行われています。動脈硬化は早期治療で予防が可能ですから、一度、ここで紹介した検査を受けることをお勧めします。