



公益財団法人
日本心臓財団

ハートニュース Heart News

企画・発行
公益財団法人
日本心臓財団

“足の動脈硬化”を見逃さないために

監修 小林 欣夫 千葉大学大学院医学研究院 循環器内科学 教授

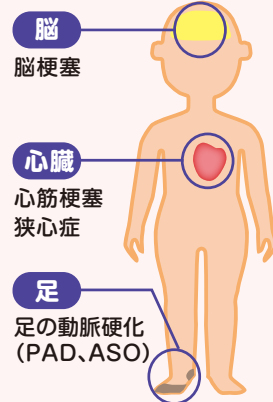
足のしびれや痛みは放置せず、早めの受診を!

足の動脈硬化とは?

“足の動脈硬化”は「末梢動脈疾患(PAD)」「下肢閉塞性動脈硬化症(ASO)」とよばれている病気です。足の血管が狭くなったり、詰まったりして血流が悪くなり、足のしびれや歩きにくくなることがあります。

足に動脈硬化がある患者さんでは、全身で動脈硬化が進んでいる可能性が高く、心筋梗塞、脳梗塞などを合併することが多いので、注意が必要です。

動脈硬化が原因で起こる
主な疾患



足の動脈硬化が進んでしまうと?

足の動脈硬化が悪化すると、足に潰瘍ができたり、壊死(組織が死ぬこと)したりすることもあり、ひどい場合は足を手術しなければならなくなることもあります。

重症度 (Fontaine分類)

重症度	症状
I度	足のしびれ、冷感
II度	間歇性跛行 (歩くとき足が痛くなり歩けなくなるが、休むとまた歩けるようになる)
III度	安静時にも足が痛む
IV度	潰瘍・壊死

足の動脈硬化を重症化させないために—予防、診断・検査、治療

予防

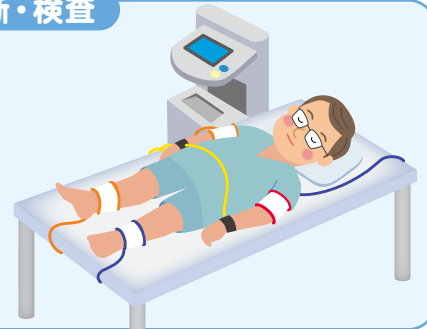
足の動脈硬化は生活習慣によって進行するため、生活改善が大事です。

- 禁煙
- バランスのよい食事 (低脂肪・減塩など)
- 適度な運動
- 足の清潔を保つ
- 靴や靴下はきつすぎるものを避ける



診断・検査

問診とともに足の動脈の触診、血管の状態を見る超音波検査などを行います。とくにABI検査は、上腕の血圧と足の血圧を同時に測定するもので、足の血圧が低い場合(上腕と足の血圧の比が0.9以下)は足の動脈硬化の疑いが高くなります。



運動療法

間歇性跛行の患者さんには適度な運動が効果的です。歩くことで足の血流が改善し、歩く距離を延ばせる効果が期待できます。



薬物療法

生活習慣病があればその治療を行います。動脈硬化を改善する薬剤(スタチンなど)や、血管が詰まるのを抑える薬剤(抗血小板薬)により、血流の改善をめざします。

治療

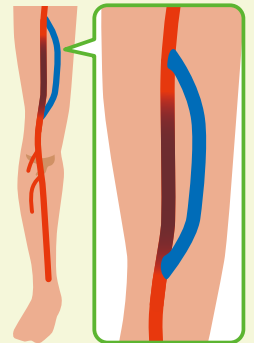
その他の治療

狭くなった血管をバルーン(風船)を使って広げる治療や、新たな血管を移植するバイパス療法などがあります。

バルーン治療



バイパス療法



日本心臓財団
とは

1970年に発足以来、心臓血管病を克服するために研究助成、予防啓発さらに心臓病に関するメール相談などを行っております。これらの活動は皆様のご寄附に支えられておりますので、どうぞご協力をお願い申し上げます。なお、「つながる募金」を利用して、スマートフォンから簡単に寄附することもできます。

公益財団法人 日本心臓財団
〒101-0047
東京都千代田区内神田2-7-10 松楠ビル6階
☎ 03-5209-0810

インターネットでもさまざまな情報を発信しています。

<https://www.jhf.or.jp/>