

末梢動脈疾患

心臓血管外科部長 谷口 巖

動脈硬化は全身に障害を及ぼしますが傷害された動脈が還流する臓器により様々な症状を起こします。予後も治療法も異なります。傷害される臓器により治療する専門家が異なります。血管外科では四肢動脈、ことに下肢動脈を対象にしています。

末梢動脈疾患は主に閉塞性動脈硬化症と閉塞性血栓性血管炎（バージャー病）ですが近年は欧米化に伴い90%以上が閉塞性動脈硬化症です。原因は多数ありますが主には糖尿病と喫煙で予後を悪化させる要因ですのでその対策が予防的、治療上にも重要です。更には脂質異常症対策も重要です。

症状はとても単純で、誰にも理解できるものです。複雑な症状はありません。Fontaine分類という重症度と関連した臨床分類がとてもわかり易いです。（表1）

(表1)

FONTAINE 分類	
I 度	無症状
II 度	跛行(主に下腿腓腹部)
III 度	虚血性安静時疼痛
IV 度	皮膚潰瘍、壊疽

I度 の無症状では受診することはないわけで安静時の冷感しびれで受診されます。しかし末梢動脈疾患は診察上ない方が多いです。症状と末梢動脈疾患がつながらず苦慮することが多いですが投薬で有効性を評価経過観察することになります。

実は動脈の閉塞狭窄程度と臨床症状が関連しないことも多くて血管造影所見のみで、閉塞しているからと言って

すぐに外科的治療が必要なわけではありません。間欠性跛行までなら3ヶ月は投薬による内科療法と運動療法を行います。それで改善しないか、日常生活に支障があればさらなる治療が必要です。下肢の切断に至ることはまずありません。IIIやIV度ならすぐに治療が必要です。このままでは1年以内に40%は下肢切断になってしまいます。それより痛くて日常生活ができないでしょう。

検査の前に大腿動脈以下の動脈拍動を触れます。閉塞があればこれにてほとんどの病変部位は同定できます。また、足関節レベルで足背動脈か後脛骨動脈のいずれかが拍動していればまず大きな問題はありません。

動脈疾患の検査には上肢血圧と足関節部動脈血圧の比(ABI)と趾動脈血圧の比(TBI)の測定があります。これで異常なら3DCT造影にて動脈閉塞狭窄を調べます。これで治療法を決めることも多いですが更に詳しい情報が必要なときに直接穿刺による動脈造影を行います。

以上にてどの部位にどのような治療を行うか決めます。詳しくは説明しませんが、まずカテーテルによる血管内治療を選択します。痛みが少なく入院期間も短いです。血管内治療が適応でないときに外科的治療を考慮します。創部の痛みと入院も10日は必要です。

血管内治療、外科的治療ともに動脈硬化の対症療法にすぎません。治療による日常生活の改善を第1に考えます。症状の改善が大切ですから症状の軽い方に検査したら動脈が閉塞しているというだけでは治療は不必要と考えています。

病態、治療法についてよく相談の上最適な治療法を選択しますので、(表1)の臨床分類を参考にして気軽に受診してください。



食中毒を予防するポイント

栄養課

9月に入り過ごしやすい日も増えてきましたがまだまだ暑い日が続いています。夏場は、温度や湿度があがるため食中毒の原因となる細菌が食べ物の中で増殖しやすい状態となっています。食中毒を起こさないために日頃の食事の衛生管理に気を付けましょう。

【食中毒予防のポイント】

《買い物》

- ・消費期限を確認する
- ・肉や魚などの生鮮食品、冷凍食品は最後に買う
- ・肉や魚などの汁は他の食品につかないよう分けてビニール袋に入れる
- ・寄り道せず帰る

《調理》

- ・調理前に石けんで丁寧に手を洗う
- ・生肉や魚、卵を触ったら手を洗う
- ・包丁やまな板は肉、魚を使用した後は洗って熱湯をかけると効果的
- ・冷凍食品は使用分だけ解凍し、冷凍や解凍を繰り返さない
- ・肉や魚は十分に加熱する。中心部75℃で1分間以上の加熱が目安



《家庭での保存》

- ・持ち帰ったらすぐに冷蔵庫で保存する
- ・冷蔵庫は10℃以下に冷凍庫は-15℃以下に保つ
- ・冷蔵庫や冷凍庫に詰めすぎない

《食事》

- ・食事前には石けんで手を洗う
- ・清潔な食器を使用する
- ・作った料理は、長時間室温に放置しない
- ・温め直す時も十分に加熱する
- ・時間が経ちすぎたものは破棄する



★おすすめレシピ★ 鶏肉ときのこのおろし煮



材料

鶏肉・・・80g
大根・・・70g
しめじ・・・50g
生姜・・・適量
めんつゆ(2倍濃縮)
・・・大さじ2
三つ葉・・・適量

200kcal 塩分 2.2g

つくり方

- ①鶏肉を一口大に切りお酒で揉んでおく
- ②鶏肉の皮を下にしフライパンで焼き色が付くまで焼く。
- ③②にめんつゆ、水、生姜、しめじを加え弱火で煮込む。
- ④火が通ったら大根おろしを加えさっと煮る。
- ⑤三つ葉を飾ったら完成。

☆大根は消化を助ける酵素が入っています。大根おろしを入れると食欲がない時でもさっぱり食べられます。

患者の皆様へ

鳥取赤十字病院は、地域の皆様に信頼される病院を目指しています。

当院は急性期の医療、専門的な医療を行っておりますが、地域医療支援病院として他の医療機関と連携を密にしておりますので、症状が安定された方はご希望に応じてかかりつけの医師や診療所に紹介させていただくことも可能です。

なお、その際も定期的な検査や病状変化の際は、当院が責任を持って診療いたしますので、ご安心ください。

