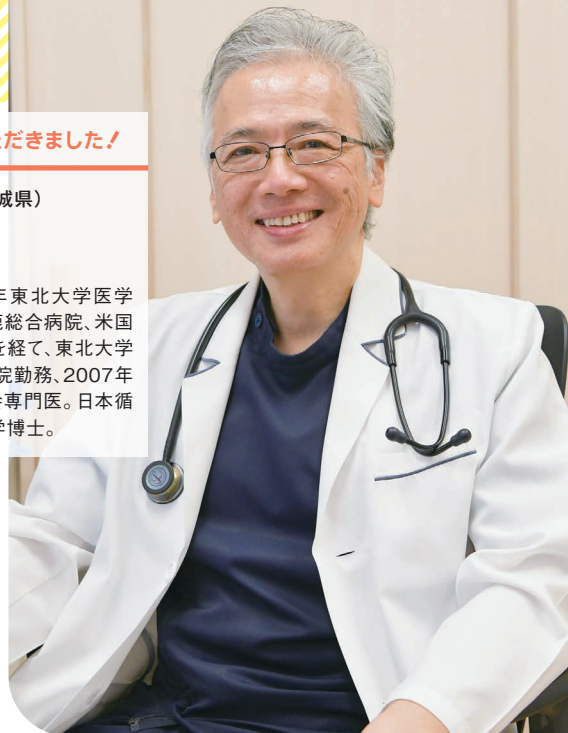


先生にお答えいただきました！

新田東クリニック（宮城県）
院長

王 文輝先生

おう・ふみき 1993年東北大学医学部卒業後、秋田県平鹿総合病院、米国Vanderbilt大学留学を経て、東北大学病院、仙台オープン病院勤務、2007年に開院。日本内科学会専門医。日本循環器学会専門医。医学博士。



Q 糖尿病治療中ですが、メタボ体質の人は動脈硬化が進みやすく心筋梗塞や脳梗塞のリスクも上がるそうですが本当ですか。[67歳・男性]

A メタボの方は、内臓脂肪から分泌される炎症物質が血管を傷つけ、そこにコレステロールがたまりやすくなり動脈硬化につながります。
糖尿病があるとそのリスクは高まります。

また「狭心症や心筋梗塞、脳梗塞、閉塞性動脈硬化症など、いわゆる心血管イベントは基本的に動脈硬化によるものですが、血管を心臓や肺などと同様に1つの臓器と考えれば、これらは「血管」という臓器の病気」と捉えられるかもしれません」と話

メタボリックシンドロームは、内臓脂肪の上に脂質代謝異常や高血圧、高血糖などの諸症状が一人の患者に同時に起きている状態を指します。

動脈硬化との関連について王先生は、「確かにメタボ体質の方は動脈硬化になりやすいとされています。メタボの方は内臓脂肪が過剰傾向にあり、そこから分泌される炎症物質が血管の内皮細胞を傷つけ、そこにコレステロールがたまり動脈硬化が進みやすくなります。さらに、糖尿病があると血糖値が上がり、血管は障害されやすくなりますし、血圧が高いと血管にかかる圧力もより強まるので血管の負荷が増し、これもまた動脈硬化に結びつきます。タバコを吸う方もよりリスクが高まると報告されています」と説明します。



対策については、「メタボの方は、内臓脂肪を減らす、血圧や血糖値を安定させるよう管理するといった予防策が一番大事。通常は食事・運動療法から始めるパターンが多いと思いますが、糖尿病などがあるとその間に症状が進みやすいため、進行するリスクが高い方は、薬物療法も同時に始める場合もあります。そして半年ほど様子をみて改善傾向にあれば薬物療法を中止すればよいと思います」と王先生。

動脈硬化の早期発見には、健康診断やメタボ検診を徹底し異常があれば速やかに受診することがポイントで、「動脈硬化の視認には頸動脈エコーなども選択肢の1つ」とのことです。

TOPIC メタボの方は睡眠時無呼吸にも要注意

メタボ体質の方に気をつけてほしいこととして、王先生は「肥満になると喉頭部が狭くなるので、睡眠時無呼吸になる方もみられます。睡眠中に呼吸が断続的に止まるため、血圧が乱高下し結果的に動脈硬化につながります。また自覚症状が少ないまま、ふいに眠気が襲ってくることもあり、ドライバー業務の方などは危険です。特に太り気味の方は注意してください」と訴えます。健康を保ちながら仕事に従事できるよう、これから睡眠時無呼吸症候群の啓発に力を入れたいとのこと。



ゆったりとした待合スペース。専用ベッドを備えた超音波検査装置で心臓、頸動脈、腹部のエコー診断を行う(右)。