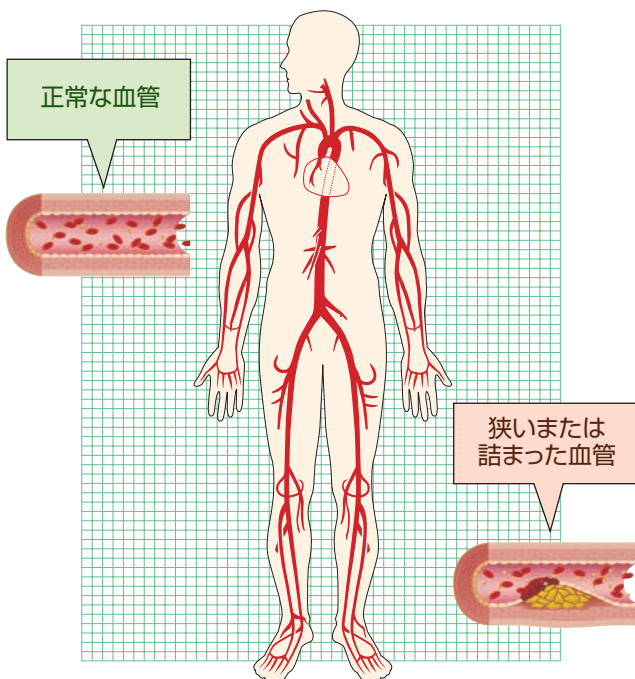
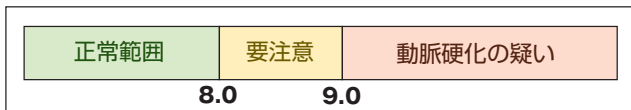


検査結果の読み方

CAVI (キャビィ): 心臓から足首までの
動脈の硬さの程度を表す指標です。

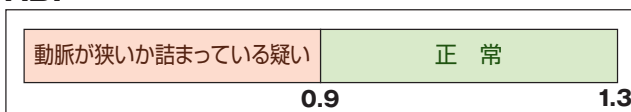
年齢が高くなるに従ってCAVIも高い値になります。

CAVI



ABI (エービーアイ): 足関節上腕血圧比は
動脈の詰まりの程度を表します。

ABI



あなたの次回検査日は

年 月 日 です。

動脈硬化の早期発見のために
定期的に検査を受けましょう!

動脈硬化検査を
受けられた方へ

検査の結果はいかがでしたか?



監 修: 小菅医院
院長 医学博士 小菅 孝明 先生

制作・発行: フクダ電子株式会社
東京都文京区本郷3-39-4

**FUKUDA
DENSHI**

動脈硬化の予防には...

動脈硬化は生活習慣病です。次のようなことに気をつけて予防に努めましょう。

運動による改善

**ストレス解消をかねて、
適度な運動を習慣にしましょう。**

運動の目的は肥満の解消だけではありません。運動を継続的に行うことで、**善玉コレステロール**（動脈硬化を予防する）が増えることが分かっています。運動療法を始める前はメディカルチェックを受けましょう。



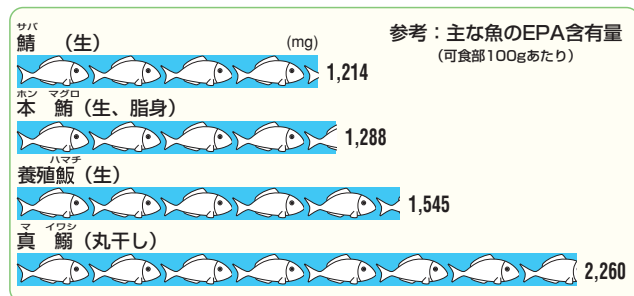
上記の療法については、主治医の先生の指導に従って行いましょう

食事による改善

**食べ過ぎに注意し、
規則正しい
食事をしましょう。**



野菜や海草類を取りましょう。
いわしやさばなどのEPAを多く含む青魚を多く摂取するように心掛けましょう。



科学技術庁資源調査会編「日本食品脂溶性成分表」より抜粋

薬物による治療

動脈硬化の危険因子の改善、合併症予防のために、高脂血症治療薬（高脂血症）・降圧薬・カルシウム拮抗薬（高血圧）・血管拡張剤・血栓溶解剤（閉塞性動脈硬化症）などを使用することがあります。



動脈硬化が進むと...



脳出血・脳梗塞
狭心症・心筋梗塞
全身障害

といった命に関わる病気に
つながります。

動脈硬化は
早期発見が大切です。
年に1~2回の定期的な
検査をお勧めします。

