

えんがわ

第64号

2012年7月発行

発行元 衣笠病院グループ
衣笠須賀市小矢部
2-23-1
Tel 046-852-1182

「長寿の秘訣」 「長寿万歳！」

最近、テレビに出演している四姉妹がいますが、皆さんご存知ですか？一九九〇年代に国民的人気者になった双子の姉妹、「きんさんぎんさん」そのぎんさんの娘さんです。長女から順番に九十八歳・九十四歳・九十一歳・八十九歳と「長寿で笑顔が素敵な方達です。ぎんさん姉妹のほかに、本屋さんに行くと九十歳以上の方が書いた本やその方について



いての本が並んでいたり、高齢の方達が注目されています。どの方も元気に過ごされているので、私はなぜ皆さんが元気な長寿でいるのか？を知りたくなりました。湘南国際村クリニックでも九十歳以上の方のお宅に訪問診療をしていますが、素敵な方ばかりです。

どの方も元気に暮らす秘訣があるようで、前向きに・好奇心・チャレンジ精神が旺盛であるのではないかと思いました。先輩達に生活のヒントを頂いて、私も前向きに過ごしたい！と思っています。

湘南国際村クリニック
看護師 市川由佳

えんがわ在宅 ひとくちメモ 頸動脈エコー

検査について

頸動脈エコーは首の血管を、超音波を使って描き出す検査方法です。高血圧症、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病をもっている患者さんに役立ちます。

では、実際はどんな検査なのでしょう。左右の首に超音波発振器をあてて首の血管を超音波測定器の画面に描き出し、しかも苦痛を与えずに検査を行うことができます。時間は十分程度かかります。

頸動脈は内膜、中膜、外膜という三層構造になっています。頸動脈エコーでは、この内膜と中膜をあわせた厚さを計測します。正常の方では一ミリメートル以下ですが、動脈硬化があると

これが厚くなつてきます。

さらに特殊な超音波検査であるカラードップラー法をつかうと首の血管を通る血の流れの速さが分かります。血の流れの速さで血管の詰まりがどの程度であるか調べます。



頸動脈の動脈硬化を評価すると、全身の動脈硬化の進行がどの程度か判断ができます。一度検査してみたいかがでしょうか。

衣笠病院 医療技術部
臨床検査科長 林秀和

リアル(現実)の生活が充実していることをワカモノ言葉で「リア充」と言います。充実しているって言うのは、悩みも満足もある状態なのかと思いました。