

一人一人のトータルヘルスをサポート

戸田中央総合健康管理センター



健診センターと脳ドック、巡回健診部門が統合し、平成22年に新たにオープンしたことを機に、ユネクスイーエフを導入しました。長寿社会の日本では、疾病の予防のための質の高い健診の重要性が高まっています。なかでも死因の約3割を占める、心疾患、脳血管疾患を予防し健康を維持するためにも、血管の状態を知ることが大変重要なことです。特に血管の初期変化を捉えることは、動脈硬化の早期発見・早期治療だけでなく、予防の面においても非常に有用であり、そのゴールドスタンダードとして普及しているのがFMD検査です。

人間ドックにFMD検査を取り入れています

FMD検査は血管内皮の変化を捉えることができ、早期発見・早期治療だけでなく、予防の面においても非常に有用な検査です。

近年、メディアなどで動脈硬化検査が取り上げられ、関心が高まる中で、当センターでも検査に関する問い合わせを数多くいただいています。そうした中で、ご自身の血管の状態を把握していただき、健康管理に役立てていただくためにも、FMD検査は必要な検査であると感じていました。さらに、FMD検査を受けたことがある複数の方より、当センターで受けられないのか、といったご要望をいただいたことも後押しとなり、人間ドックに取り入れることとなりました。



FMD測定者へアンケートを実施しました

FMD検査に関するアンケート調査

有効回答数：61名(男性40名 女性21名)

平均年齢：57.6歳(男性58.5±12.2歳 女性56.8±13.4歳)

%FMD：男性:5.4±2.8% 女性:5.8±2.3%

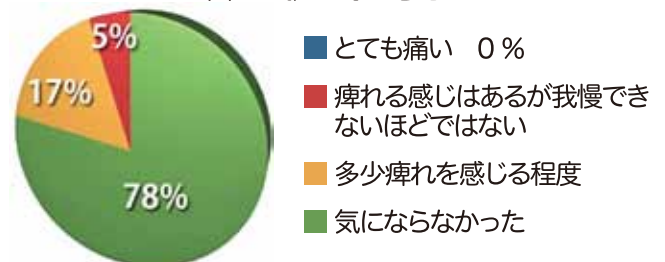
【FMD検査を受けたきっかけについて】

「生活習慣病を持っているため、動脈硬化が心配」「心筋梗塞の家族歴があるため、自分は大丈夫か心配になったから」などの理由で受けられる方が多く、他には、自分の身体をチェックする折角の機会なので全ての検査を受けておきたい、といった方もいらっしゃいました。

新しく取り入れた検査ということもありますが、動脈硬化に対する一般の方の関心の高さを感じています。このことは、FMD検査をまた受けたいと回答された方が、結果次第で受けたいとされた方と合わせると100%というアンケート結果であったことにも現れています。

FMD検査は安静時血管径を計測後、最高血圧+50mmHgの圧を掛け5分間駆血し、解放後の血管径変化を計測して、その最大変化率を%FMDとして算出します。FMD検査を導入するにあたり、圧を掛けるため、痛くて中止するケースも出てくるのではないかと懸念していました。

図1 駆血時の感想



しかし、図1に示すとおり、「とても痛い」という方は全くおらず、78%の方が「気にならなかった」との回答でした。測定中はリラックスされて検査を受けられる方が多く、駆血時の圧迫は考えていたほど負担にならないことが分かりました。

生活習慣改善の動機づけに有用

検査前にご自身の値が良いか、悪いかを予想していただき、実際の値と比較してどうであったかを検証しました。(表1)

表1 FMD予測値と実測値との比較 n=41

| | | 予 想 | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| | | 良い | 境界域 | 悪い |
| 結 果 | 良い | 15% | 12% | 17% |
| | 境界域 | 0% | 10% | 2% |
| | 悪い | 5% | 22% | 17% |

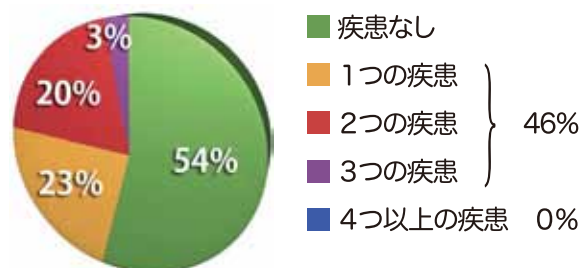
また、FMD結果が悪いと予想された方のうち、基準範囲内であった方に生活習慣を伺ったところ、積極的に運動を心がけ、食事にも気を遣われていることが分かりました。一方、表1の黄色の枠部分にあたる、ご自身で予想された値より、結果が悪かった方は全体の27%にのびりました。このことは、血管内皮機能が低下している段階、すなわち動脈硬化が進行する前の段階を数値で示すことで、生活習慣を改善するためのきっかけとして活用できると考えています。



人間ドックで
年に一度はFMD検査を

図2より、人間ドック受診者の約46%が、高血圧や糖尿病など何らかの生活習慣病を患っています。

図2 生活習慣病罹患率



しかし、表2に示すとおり、血管内皮機能の低下が疑われる方は、全体の64%にのぼり、約20%の方が従来の検査では捉えられない可能性のあることが分かりました。この結果から、動脈硬化が進行する前の、より早期の段階を見ることのできるFMD検査が大変有用であると感じています。

内皮機能障害は治療だけでなく、ライフスタイルの改善等により、回復するといった報告もあり、心筋梗塞や脳梗塞などを引き起こさないためにも、年に一度はFMD検査を受け、ご自身の血管の状態を把握していただくことは大変意義深いと考えます。

表2 %FMD人数別比率

| | 実数 | % | |
|------|----|-------|---------------------------|
| 6%以上 | 22 | 36.0 | 血管内皮機能の 低下が疑われる 64% |
| 5~6% | 12 | 20.0 | |
| 5%未満 | 27 | 44.0 | |
| 合 計 | 61 | 100.0 | |



医療法人(財団) 健隆会
戸田中央総合健康管理センター
【中村隆俊記念館】

〒335-0022 埼玉県戸田市上戸田2-32-20
TEL:048-442-1118(代表)

「健康へ 血管を意識し 大切な未来へ」



株式会社 ユネクス
www.unex.co.jp

〒460-0008
名古屋市中区栄2-6-1 RT白川ビル401
TEL:052-229-0821 FAX:052-229-0823