

平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。
FMD News Vol.45をお届けいたします。

facebook



FMD
OWNER'S CLUB



7月のTOPICS

■ 脱水症状が血管内皮機能に与える影響について

夏本番を迎えるにあたり、熱中症、熱射病という言葉がニュースでよく聞かれる時期になってきました。熱中症の前段階「かくれ脱水」を防ぐことが、熱中症を予防することになります。汗には水分の他に、ナトリウムなどの電解質も含まれているので、脱水症状時はナトリウムなども不足し、更に血液が濃縮される状態となるため血栓が出来易くなり、心血管疾患を誘発する傾向にあります。それでは脱水状態は血管内皮機能に影響を与えるのでしょうか？

10人の健常男性(年齢: 24.3 ± 2.3 歳; BMI: 24.3 ± 0.4 kg/m²)を対象に、脱水状態でない時と、体重の約2%の水分量を低下させた脱水状態時(100分間の低強度の断続的な歩行運動を行い、低水分食を摂取した翌朝)にそれぞれFMD検査と血漿浸透圧を測定した。

その結果、通常時に比べて脱水状態では、FMDは $26.8 \pm 3.9\%$ の減少率となり($P < 0.05$)、血漿浸透圧は 9 ± 2 mmol/kg増加した($p < 0.001$)。

出典: Eur J Nutr. 2017 Apr;56(3):1211-1217

このように軽度の脱水状態でも血管内皮機能が低下することが示されています。
「喉が渇いた」と思った時には既に脱水症状が始まっており、こまめな水分補給が重要となります。

■ 7月の学会展示のご案内

第22回 診断技術向上セミナー

日時: 2019年7月11日(木) 8時50分~17時00分
会場: 国立京都国際会館
(第51回日本動脈硬化学会総会・学術集会 会場内)

第25回日本心臓リハビリテーション学会

会期: 2019年7月13日(土)~14日(日)
会場: 大阪国際会議場