

歩いていると、足がしびれませんか？ -閉塞性動脈硬化症について-

歩いていると、足がしびれてきて立ち止まる事がある。足が冷たくなってくる。あるいは普段から足が冷たく、しびれている。痛む。そんな症状を感じておられる方はおられないでしょうか？

足がしびれる原因としては様々なものが考えられます。特に今回紹介したいのは、閉塞性動脈硬化症です。これは、主として動脈硬化によって、足を養う血管が細くなって、十分な血流が保てなくなる事により、血液の供給不足の状態となってしまう状態です。足は歩行の際には、運動をする事で血液の需要量が増加しますので、これに細い血管が血液の供給を増加させられずに、需要と供給のバランスが崩れて症状が出現してきます。特に、しばらく歩いていると足がしびれてくるが、しばらく休んでいると歩けるようになってくるという「間欠跛行」と呼ばれる症状は、閉塞性動脈硬化症に多いといわれています。

動脈硬化を起こす危険因子としては、加齢、性別(男性)、高血圧、高脂血症、糖尿病、喫煙などがあげられます。

最終的には、造影 CT, MRI, 血管造影検査などが必要になってくる場合もありますが、簡便に下肢の血流不全を調べるのには、下肢と上肢の血圧の差を計測する事が有用である事がわかっています。当院では、これらの血圧を同時に測定して、正確にその差（比率）を計測する装置を用いて、検査を行っています。実際の検査は、血圧計で用いられる帯（マンシエット）を四肢に巻いて、加圧するだけです。心電図をとるのと同じくらいの時間と手間で終了してしまいます。この際には、同時に動脈の硬さの指標になるといわれている脈波も計測されます。

しびれの原因は、この閉塞性動脈硬化症以外にも、糖尿病や血管の異常などの内科で診断・治療しうるものから、脊椎などの整形外科的疾患の可能性も考えられます。気になる症状をもっておられる場合には、主治医にお気軽に相談なさってください。もちろん、原因となっている動脈硬化を起こさない事が最も重要です。危険因子の多くは生活習慣の是正とかかわりがあるものですので、十分な注意が必要です。

(文責：大西)