

あなたの動脈硬化度

被検者Bレポート

測定日：2025/06/11 17:23

氏名	サンプル テスト			性別	女性
ID	2000			年齢	57歳
年齢	(1968/02/01)	身長	151.0 cm	体重	kg
				腹囲	cm
				右上腕血圧	114/ 71 mmHg

血管チェック



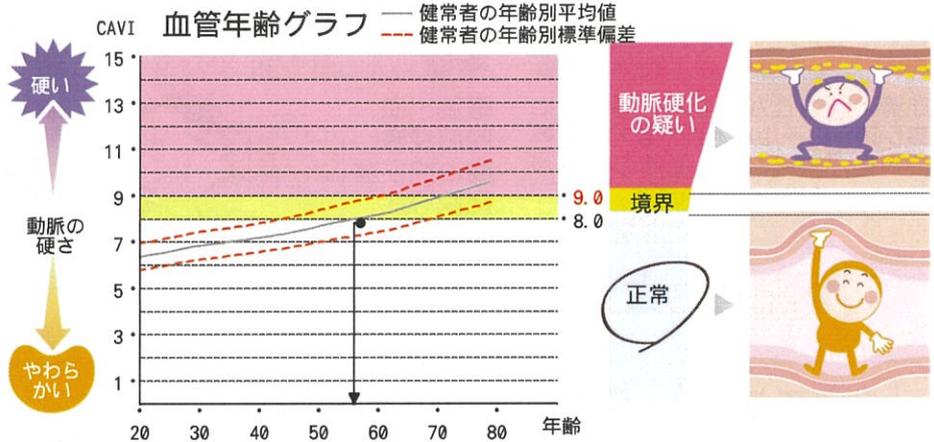
次回検査日

年 月 日

動脈の硬さ

あなたの血管は硬くなっていませんか？

CAVI **7.8** 血管の硬さは50代後半に相当します。



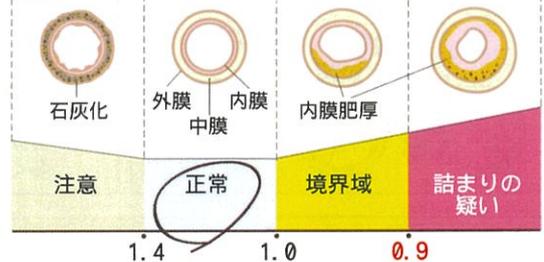
CAVI (動脈の硬さ) の経過



動脈の詰まり

あなたの血管は詰まっていますか？

アテローム (脂肪の沈着・粥状隆起) の疑い



標準値: 0.91 ~ 1.40

ABI 右	1.26	正常範囲です。
ABI 左	1.18	正常範囲です。

検査結果の見方 (動脈硬化度の程度を総合的に評価します。)

血管の硬さ

CAVI キャビィ

動脈硬化度の程度を表す指標です。

(9を超えると「動脈硬化」が進んでいる可能性が
あります。)

血管の詰まり

ABI エービーアイ

主に足の動脈の詰まりの程度を表します。

(0.9を下回ると動脈が詰まり気味で血行が
悪くなっている可能性が
あります。)

動脈硬化はサイレントキラー …… 突然、脳梗塞や心筋梗塞等を発症

★ 動脈硬化とは？

血管の弾力性が失われ、血管壁にコレステロールなどがたまり、血管の内径が狭くなり、血液の流れが悪くなった状態をいいます。



★ 動脈硬化が進むと！

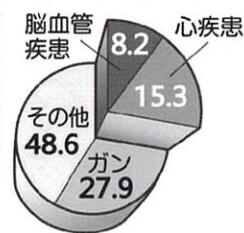
- 脳出血
- 脳梗塞
- 心筋梗塞
- 狭心症
- 閉塞性動脈硬化症等



命にかかわる病気に
つながります。

★ 死因の24%は動脈硬化が理由

動脈硬化が大きな原因である脳梗塞・心筋梗塞等と合わせると死因の24%になります。



平成29年厚生労働省人口動態統計 (単位:%)

✓ チェックしよう動脈硬化危険因子

生活習慣病既往歴は？

- 高血圧 ()
- 糖尿病 ()
- 脂質異常症 ()

検査結果は！

- 心電図異常 ()
- 肥満度 ()
- 血管年齢 ()

生活習慣は？

- 食事 ()
- 運動 ()
- たばこ・酒 ()

変えよう生活習慣 …… 生活習慣を変えると動脈硬化は、改善されます。

運動のすすめ

ストレス解消をかね
適度な運動習慣
を身につけましょう。



**継続することが
重要です。**

食事改善のすすめ

食べ過ぎに注意し、
規則正しい食事を
しましょう。



※野菜、海藻類、青魚(EPA)を多く含む食事は有効です。

治療のすすめ

生活習慣病治療について医師の指導を受け
適切な投薬治療を受けましょう。



※最近、動脈硬化を改善する副作用の少ない薬が多く開発されています。

主治医の先生に指導を受け、着実に進めることが重要です。