



血管年齢が気になります。簡単に調べられますか。

岡山市 43歳 主婦

アンチエイジング(抗加齢)医学とは、加齢による老化を遅らせる医療を研究する医学です。年をとっても元気で健やかに、美しく生きたいという永遠の望みをかなえるための医学と言えるでしょう。老化を遅らせるために必要なことは、個々の老化の進行度を評価することです。現在、老化度は①筋年齢 ②血管年齢 ③神経年齢 ④ホルモン年齢 ⑤骨年齢が評価され、さらに老化危険因子として⑥免疫機能 ⑦酸化ストレス ⑧心身ストレス ⑨生活習慣 ⑩代謝機能・解毒が評価されています。

最近では、がんや糖尿病、高血圧症などを早期発見する人間ドックや健康診断より一歩進んだビタミンドックやサプリメントドックを行っている病院もあります。体のバランスを保つビタミンとミネラルの過不足をチェックし、老化を早める体の酸化度や動脈硬化、免疫バランスなどの検査を行います。

さて、お尋ねの「血管年齢」ですが、血管の壁の厚さや内腔の狭窄度を測定する頸動脈超音波検査や壁の硬さを測定する脈波伝播速度(PWV)が一般的です。そのほか、特殊な検査としては、血管の内皮機能を測定する反応性充血やMRI、CTでも血管の状態を評価できます。これらは痛みもなく簡単に行える検査で健康保険が使える場合もありますのでお気軽にお尋ねください。



回答医師

しよこく 諸國 眞太郎 先生

## Profile

医療法人操仁会 岡山第一病院 院長  
1981年岡山大学医学部卒業、同第二外科に入局。  
1994年岡山大学附属病院講師。末梢動脈疾患、下肢静脈瘤など血管外科に携わる。2000年より現職。「下肢静脈瘤日帰りセンター」「Vascular Lab」に積極的に取り組んでいる。

岡山市高屋343 TEL.086-272-4088  
U R L : <http://www.okayama-daiichi.jp>  
e-mail: [Info@okayama-daiichi.jp](mailto:Info@okayama-daiichi.jp)