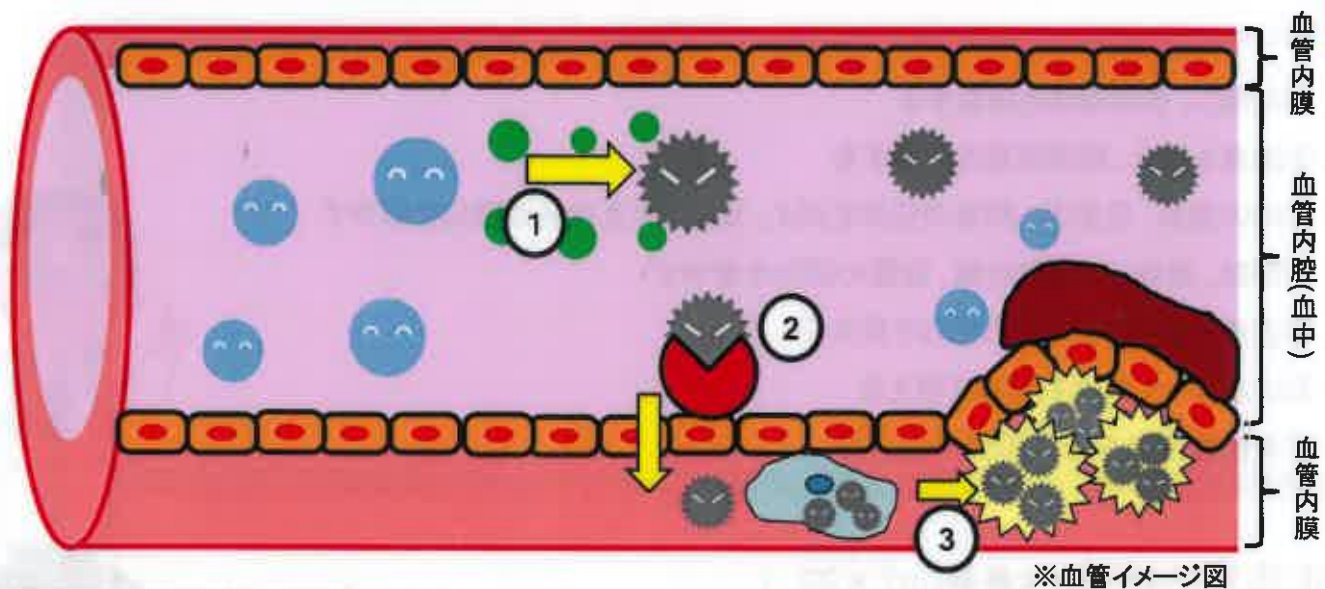


動脈硬化の原因を知ろう！

動脈硬化とは、血管が老化したり、日頃の不摂生や生活習慣病等の影響で動脈血管の内側に血栓やコレステロールがこびりついて、血管の弾力がなくなる病気です。



※血管イメージ図

【動脈硬化のメカニズム(仮説)】

- ①運動不足、飲酒、喫煙、食生活等の生活習慣により発生した“**活性酸素**”がLDLコレステロールを錆びつかせる。
※この錆びついたLDLが、「LAB(ラブ)」です。
- ②血中内のLABに反応したLOX-1(ロックスワン)が、LABを血管内膜に取り込む。
- ③マクロファージが血管内膜のLABを取り込むが、LABを消化できずに死滅して蓄積していく。→**動脈硬化**



LDLコレステロール

悪玉コレステロールの事。
全てが悪さをするわけでは無く、正常なLDLは、
肝臓や各細胞へ。



LOX-1(ロックスワン)

血管内皮細胞の物資で、血液中に異物があると出現する。
血中のLABと結合し、血管内膜に取り込む。
また、血管内皮細胞に障害を起こす。



活性酸素

運動不足、飲酒、喫煙、食生活等の生活習慣により発生し、LDLコレステロールを錆びつかせる(酸化変性させる)。



マクロファージ

血管内の異物を食べる細胞。



LAB(≒酸化変性LDL)

※活性酸素によって錆びついた(酸化変性した)LDL。
「超悪玉コレステロール」とも呼ばれる。



死滅したマクロファージ

たくさんのコレステロールを取り込んだ結果、破裂して死滅したマクロファージ。
血管壁内にはコレステロールに由来する脂質とマクロファージの残骸が蓄積され、血管壁が膨らみ、血液の通り道が細く狭くなる。



血管内皮細胞

血流にさらされている内膜表面にある細胞。
この細胞が障害を受けると血管の構造が壊れる。



血栓

動脈硬化により、血液がたまって固まったもの。

日本人の死因の1位はガンですが、動脈硬化が原因とされる脳血管疾患、心疾患の合計数は同水準にあります。



出所: 厚生労働省「平成24年人口動態統計」

動脈硬化のリスクを知ることは、
将来の脳梗塞・心筋梗塞の予防の一步です。

