

動脈硬化は足にもくる

監修：医療法人 松尾クリニック・松尾血管超音波研究室室長 藤田医科大学客員教授 松尾 汎

冬によくある注意信号

冬の寒さが厳しくなるにつれて、手足の冷えをいつもより強く感じたり、歩いている途中にふくらはぎが痛くなったりするのは、寒さのせいだけではありません。最近、足の動脈硬化、閉塞性動脈硬化症が増えていますので、以下のような症状が気になる方は、医師に相談して下さい。

足の動脈硬化の危険因子

- 喫煙の習慣（歴）
- 高年齢（65歳以上）
- 高血圧
- 糖尿病
- 脂質異常症
- 脳血管障害（脳梗塞など）
- 虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞など）



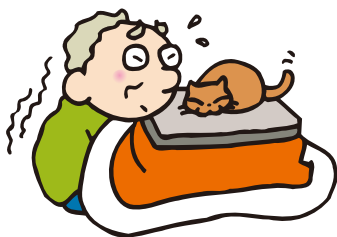
手足の冷えをより強く感じる



水道水が冷たくてさわれない



厚手の靴下が手放せない



手足を暖めないと眠れない



少ししか歩いていないのに足が痛くなる



手足の色調変化がある（白っぽくなる）

動脈硬化は足にもくる

監修：医療法人 松尾クリニック・松尾血管超音波研究室室長 藤田医科大学客員教授 松尾 汎

春によくある注意信号

春になりだんだん暖くなってきたのに、手足の冷えを強く感じたり、歩いている途中にふくらはぎが痛くなったりすることはありますか？
最近、足の動脈硬化、閉塞性動脈硬化症が増えていきますので、以下のような症状が気になる方は、医師に相談して下さい。

足の動脈硬化の危険因子

- 喫煙の習慣（歴）
- 高齢（65歳以上）
- 高血圧
- 糖尿病
- 脂質異常症
- 脳血管障害（脳梗塞など）
- 虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞など）



朝晩に手足の冷えを強く感じる



水道水が冷たくてさわれない



朝や寝る前の足浴が欠かせない



厚手の靴下が手放せない



少し歩くとふくらはぎが痛くなり、少し休むと回復する



歩くと痛みが出るので、湿布が手放せない