

# お客様からの 質問の声 No.110

## ●温度差によって血管が縮んだりしますが、トイレやお風呂、台所、洗物で水を使っているだけで血管は縮んだりしますか？また伸び縮みを繰り返しているうちに切れてしまうことはありますか？

ご存知のとおり、血管には弾力性があります。若くて柔軟性がある血管はまるで「ちくわ」のように、老化して硬化した血管はまるで「ガラス管」のように硬く詰まりやすく切れやすくなります。

冬場、トイレや台所などの寒い所では、体も縮こまるように血管も縮みやすくなります。もちろん水は体温より低いですから、冷たい水を触っても血管は縮みます。ただ、水風呂に浸かるわけではないので手だけのことなので、そう気にしなくても良いのではないのでしょうか。

急激な温度差や過度な血管への負担がかかれば切れることはあると思いますが、正常な血管の柔軟性があれば、まず心配はいらないと私は考えています。とにかく、血管が硬くなり動脈硬化(高血圧・糖尿病・コレステロールや中性脂肪、高尿酸等)が進行しないようにすることが大切です。

右上の動物の一般血圧を見て頂いても分かるように、血管にかかる圧力がどれだけ高くても、その圧力又は伸び縮みに耐え得るだけの血管の柔軟性さえあれば、破れることはないのです。

＜動物の一般血圧＞

	収縮期 上の血圧 (mmHg)	拡張期 下の血圧 (mmHg)
キリン	260	160
アヒル	180	134
ネコ	171	123
ロバ	171	103
ブタ	169	108
ウシ	160	110
イルカ	152	118
ゴマアザラシ	150	105
ウマ	142	99
サル	136	80
ヒツジ	123	93
カンガルー	122	79
ネズミ	113	81
イヌ	112	56
ウサギ	110	80