

# Blood Vessel Disease

Blood vessel disease is also called peripheral vascular disease or artery disease. It is the narrowing of the blood vessels in the abdomen, legs and arms. Blood vessel disease is caused by a build-up of fatty deposits called plaque that narrows blood vessels. When the blood vessels narrow, less oxygen-rich blood gets to your body parts. This can cause tissue and cell death. Blood vessel disease is the leading cause of amputations.

## **Signs of Blood Vessel Disease in the Abdomen, Legs and Arms**

- Muscle pain, aches or cramps
- Cool, pale skin, cold hands and feet
- Reddish-blue color of the skin and nails of the hands and feet
- A sore that takes a long time to heal or when scabbed over, looks black
- Loss of hair on legs, feet or toes
- Faint or no pulse in the legs or feet
- Pain with exercise that goes away when you rest

If you have any of the signs, call your doctor to get checked.

## **Risk Factors**

You are at higher risk for blood vessel disease if you:

- Smoke
- Have diabetes
- Are over the age of 45
- Have high cholesterol
- Have high blood pressure

# 혈관 질환

혈관 질환은 말초혈관 질환 또는 동맥 질환이라고도 부릅니다. 이것은 복부, 다리, 팔의 혈관이 좁아지는 현상입니다. 혈관 질환은 혈관 안에 플라크(PLAQUE)라고 부르는 혈관을 좁게 만드는 지방 축적물이 쌓여 생깁니다. 혈관이 좁아지면 혈액을 통해 몸 구석 구석으로 전달되는 산소 공급이 부족하게 됩니다. 이렇게 되면 조직 및 세포가 죽게 됩니다. 혈관 질환은 팔 다리 절단의 주 원인입니다.

## 복부, 다리, 팔의 혈관 질환 징후들

- 근육 통증, 쭈시거나 경련
- 피부가 차거나 창백, 손과 발이 차다
- 손과 발의 피부 또는 손톱이나 발톱이 붉고 푸른 끼가 돈다
- 피부 염증이 오랫동안 낫지 않거나, 딱지가 앉으면 꺼멓게 된다
- 팔, 다리, 발가락에 털이 빠진다
- 현기증 또는 다리나 발에 맥이 없음
- 운동하면 통증이 생기고 쉬면 통증이 없어진다

위와 같은 증상이 있으시면 의사에게 연락하여 검사를 받으십시오.

## 위험 인자

아래 같은 경우 혈관 질환에 걸릴 위험이 높습니다:

- 흡연
- 당뇨병이 있다
- 45 세 이상
- 콜레스테롤이 높다
- 혈압이 높다

- Have a family member with heart or blood vessel disease
- Are overweight
- Are inactive

## **Your Care**

Blood vessel disease may be prevented or slowed down with healthy choices.

- Have your blood pressure checked.
- See your doctor each year.
- Do not smoke or use tobacco.
- Exercise each day.
- Eat a diet low in fat and high in fiber.
- Manage your stress.

Your care may also include medicine and surgery.

**Talk to your doctor about your treatment options.**

- 가족 중에 심장 또는 혈관 질환이 있는 사람이 있다
- 비만
- 신체적 활동 부족

## 관리 방법

건강 관리를 하면 혈관 질환은 예방되거나 진행이 느려질 수 있습니다.

- 혈압 검사를 하십시오.
- 매년 의사를 보십시오.
- 담배를 피우지 마십시오.
- 매일 운동을 하십시오.
- 저지방 그리고 섬유질 음식을 드십시오.
- 스트레스를 관리하십시오.

약을 먹거나 수술을 해야 할 경우도 있습니다.

어떤 치료 선택이 있는지 의사와 상담하십시오.

© Copyright 2005 – 1/2010 Health Information Translations All Rights Reserved

Unless otherwise stated, user may print or download information from [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org) for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Blood Vessel Disease. Korean