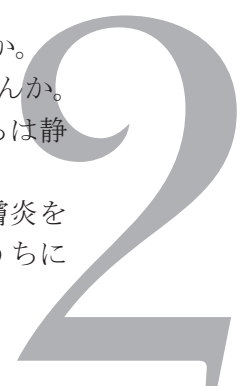


Q 症状はないのですが、どうしたらよいですか？

A 夕方になると脚がむくんだり、だるくなったりしませんか。かゆかったり、よく脚がつったり（こむら返り）しませんか。長年の経過で慣れてしまっているかも知れませんが、それらは静脈瘤によるものである可能性があります。

静脈瘤は一般に慢性良性疾患ですが、だんだん進行して皮膚炎を起こし、重症になれば難治性潰瘍を形成します。悪くしないうちに専門医の診察を受けた方がよいでしょう。



静脈瘤について

下肢静脈瘤は非常に多い病気で、程度の差こそあれ30歳以上の方の60%程度に認められます。女性の方、足の血管が浮き出て、立ち仕事をするとだるくなりませんか？

脚に青白いやわらかいでこぼこが数珠のようにあります。次第に大きくなってきたのですが、放っておいてよいですか？

こんなときどうしたら...  
D. からのアドバイス



Q 日常生活で気をつけることはありますか？

A なるべく脚のうっ血がおこらないように注意してください。

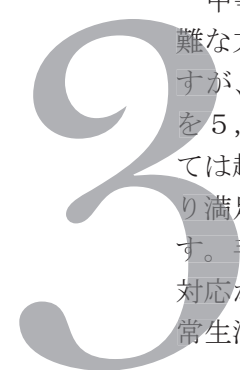
- 1) 具体的には長時間の立位、座位を避けること。またその際はつま先立ちをしたり、ふくらはぎの筋肉を動かすようにしてください。
- 2) 適度の運動は静脈の流れをよくします。
- 3) 血液循環がわるく皮膚炎を起こしやすいので清潔を保ちましょう。
- 4) 肥満に注意してください。静脈瘤を悪化させます。
- 5) 15 cm 程度の脚枕を用いて、脚を高くして眠るとよいでしょう。

一度は早めの専門医受診をお勧めします。

Q 治療にはどんなものがありますか？

A 1) 圧迫療法：  
医療用弾性ストッキングを用いて脚を圧迫して静脈の逆流やうっ血を防ぐ治療法です。手軽ですがストッキングをはいている間だけの効果しかありません。したがって軽症の方がその適応になります。また手術治療とともにに行い治療効果を高めるものとして行われます。

2) 手術療法：  
中等症以上の方、ストッキングの継続が困難な方が対象となります。重症度にもよりますが、大勢は局所麻酔で長さ1cm程度の傷を5,6箇所つくって行います。当院においては超音波画像を用いた精密検査を行っており満足度向上、再発率低下を達成しております。手術は日帰り、1泊、2泊入院と柔軟な対応が可能です。術後の運動制限も少なく日常生活は当日から可能です。

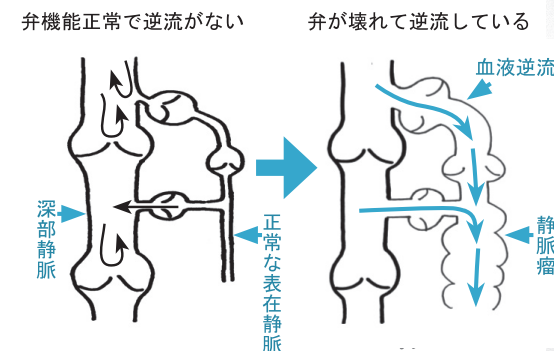


静脈瘤の原因、治療の必要性や方法は患者様によってさまざまです。重症となると一度の治療での治癒は困難となることもありますので、一度は早めの専門医受診をお勧めします。

Q お産をしてから、足に青白いでこぼこが出来、次第にふえてきました。

A まず、横になってしばらく20cmくらい脚を上げてみてください。それによりふくらはぎは小さくなりませんか？脚がすこし楽になりませんか。そうであればそのこぼこは「静脈瘤」であると思われます。脚で使われた血液が心臓に戻る血管を静脈といいます。静脈には血液の逆流を阻止する弁がありますが、その弁機能が障害されて血液逆流がおこり、皮膚近くの静脈に血液がたまりと静脈瘤となります。（図参照）

その原因には妊娠、出産、立ち仕事従事、遺伝などがあげられます。



今月のドクター



岐阜市民病院  
胸部・心臓血管外科 副部長  
**加藤貴吉氏**  
(かとう たかよし)  
胸部心臓血管外科副部長  
平成13年 岐阜大学医学部卒業  
外科専門医

