



下肢静脈瘤について



だん だかし
産業医 田名 毅
(首里城下町クリニック)

足の瘤(コブ)気になりませんか？

産業医だよりは、当院における地域むけ医療講演会の内容を抜粋してお伝えしています。今月は、「足に瘤(こぶ)ができる下肢静脈瘤」というタイトルで中部徳洲会病院の心臓血管外科の池村 綾(りょう)先生にご講演いただきました。144名もの聴講者の来場があり、この病気に対する関心の高さがうかがえました。ご講演の要旨を紹介します

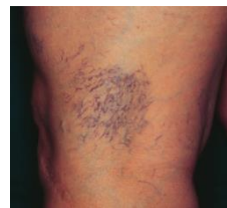
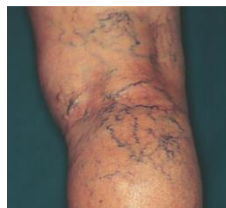
1. 下肢静脈瘤とは

① 伏在静脈瘤

足の静脈が瘤のように膨らむ病気
5～10人に1人にできる
ぼこぼこタイプ



② 網目状静脈瘤 や クモの巣状静脈瘤



特に伏在静脈瘤についてお話していただきました。

2. 伏在静脈瘤の症状

足がむくむ、だるい
重い、痛む、ほてる
こむら返り(ふくらはぎの痙攣)
美容的な悩み
(だんだんひどくなることが多い)
深部静脈血栓症
肺塞栓症
(エコノミークラス症候群)



3. 静脈瘤ができやすい人

静脈瘤の危険因子

| | |
|------|---------------------|
| 性別 | 女性に頻度が高い(女性:男性=3:1) |
| 加齢 | 年齢とともに増加する(治らない) |
| 遺伝 | あり(親や姉妹に静脈瘤のある人) |
| 妊娠分娩 | きっかけになる。特に2番目以降 |
| 生活習慣 | 立ち仕事(美容師、調理師、店員など) |

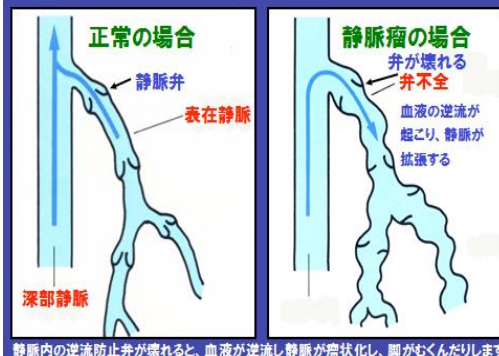
※ 女性に多い病気ですが、男性の調理員にも多いそうです。

重度になると色素沈着やうっ血性潰瘍などができます。

4. 静脈瘤ができる仕組み

下肢の静脈は、重力に逆らって足の先から血液を心臓に戻しますので心臓に向かって逆流しないよう血管内に静脈弁というものがあります。肥満があったり、複数回の妊娠など腹圧がかかるようなことがあるとこの静脈弁が壊れて血液のうっ滞(交通渋滞のようなもの)が起き静脈が拡張し静脈瘤ができるのです。

静脈瘤が発生するしくみ



5. 静脈瘤の治療

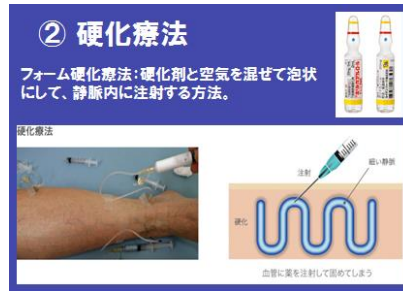
治療には ①弾性ストッキング ②硬化療法 ③手術 の3つがあります。

①弾性ストッキング



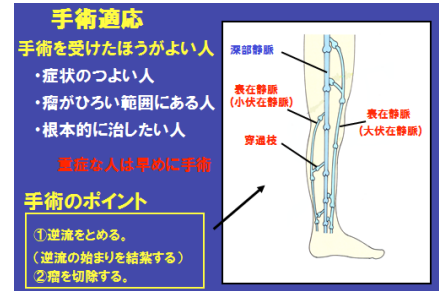
くつ下の長さによって3種類ある。
大きな病院の売店などで販売しています。

②硬化療法



血管の中で固まる薬を注入し血管をつぶしてしまう方法。
大きな静脈瘤には不向きだが血管の太さ・場所によっては大変有効とのことです。

③手術

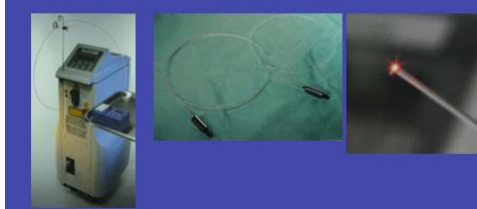


簡単に言うと、何カ所か切開を加えた上で拡張した静脈を抜き去ってしまう方法です。

新しい手術治療法としてレーザー焼灼術があります。

血管の中にレーザーをあてて、静脈瘤自体をべっちゃんこにしてしまう方法です。沖縄では2007年、中部徳洲会病院がはじめて導入し（池村先生が立ち上げから関わっている）この治療を行っているそうです。

下肢静脈瘤の新しい手術治療法



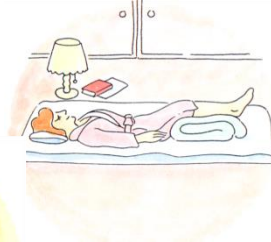
下肢静脈瘤の新しい手術治療法



※講演会の当日は、血管の中でレーザーが光るようなビデオをみせていただき 大変分かりやすかったです。

6. 静脈瘤の予防方法

- ①長時間の立位をさける
- ②弾性ストッキングの着用
- ③就眠時の下肢挙上
- ④妊娠時に特に気をつける



7. まとめ

下肢静脈瘤は、生命に直接かわからない病気のため放置されることが多いのですが、美容的な悩みに加え、様々な症状を引き起こします。日常生活に気をつけることで、静脈瘤を予防することや重症化を防ぐことが重要です。悩んでいる方は是非適切な治療を求め専門家へご相談ください。

池村先生は、大変優しい口調で多くの質問にも丁寧にお答えしていただきました。



第 156 回 首里城下町クリニック 『地域むけ医療講演会』

日 時: 平成 28 年 6 月 8 日(水) 19:00~20:30

テーマ: 当科(腎臓内科・リウマチ・膠原病・生活習慣病等)での

処方薬の注意点 ~とくに加齢に伴う影響について~

首里城下町クリニック第二院長 比嘉 啓 医師

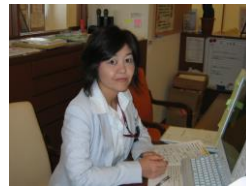
その他クリニックに関しては HP をご覧ください <http://www.shuri-jc.jp>

首里城下町クリニック 『働く人健康支援室』は、



産業医・内科医
高血圧が専門です
田名 毅

あなたの **相談窓口** です!



保健師・産業カウンセラー
認定産業看護師 田名彩子

相談窓口

産業医は、あなたの職場とそこで働く人々の心とからだの健康を支援します。

★訪問日を設けている事業所の職員は、お気軽に訪問日をご活用下さい。

★クリニック内の『働く人健康支援室』では健康相談を行っています。

事前にお電話の上、いらしてください。

★クリニック内で産業医との面談は診療の合間となりますが可能です。

事前にお電話ください働く人健康支援室で“産業医との面談”とお声掛けください。診察や検査の必要がない限りは無料です。

★その他、電話やメール相談も随時行っています。



保健師・産業カウンセラー
キャリアカウンセラー
與儀雅代



看護師・衛生管理者
糖尿病療養指導士 新垣朋子



認定産業看護師
山城愛子



連絡先

首里城下町クリニック 働く人健康支援室
098-885-5000

携帯 070-5814-0065 (田名彩子)

メール saiko@biscuit.ocn.ne.jp

プライバシーは守ります。

お気軽にご利用下さい!