

# 外科

## 下肢静脈瘤 (かしじょうみゃくりゅう) について

### 1. 下肢静脈瘤とは

下肢静脈瘤とは、足の血管の病気です。本来、足の静脈は、血液が逆流しないしくみになっていますが、何らかの原因で静脈の中にある“弁”が正常に機能しなくなることで、血液が逆流して、足に滞るようになります。立ち仕事をされている方や、女性に多い病気で、機能しなくなった弁は、自然には治りませんので、医療機関での治療が必要です。

### 2. 症状

下肢静脈瘤は、足の血管が浮き上がる、足がむくむ、だるくなる、つる、などの症状があります。進行すると痛みやだるさが出現し、皮膚炎や色素沈着、潰瘍になる場合があります。また、静脈瘤ができると、血栓という血の塊ができやすくなり、肺塞栓症(エコノミークラス症候群)の原因になる可能性もあります。

#### (下肢静脈瘤の症状)

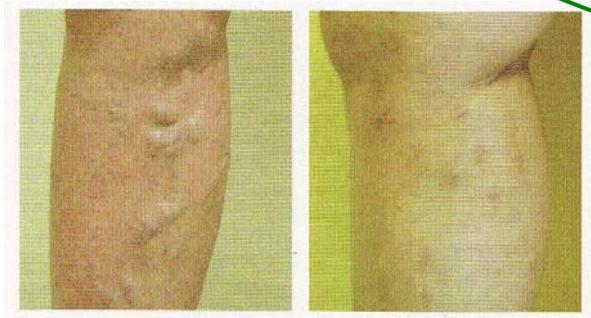


### 3. 治療

症状の程度によりますが、結紮(けっさつ)術+硬化療法では5年再発術が60%と高率であることから、最近では、大伏在静脈抜去術(ストリッピング)と硬化療法の併用が進められています。

(血管を) 縛ること

静脈に硬化剤を入れて、  
静脈瘤を潰す方法



(術 前)

(術 後)

静脈瘤のできた血管を、  
引き抜く方法

ストリッピングの場合は手術後3~4日間の入院治療が必要です。

結紮術の場合は日帰り手術も可能です。

いずれの場合も1か月後に下腿に残った静脈に対し、外来で硬化療法を行います。

## 4. 治療に関する注意

手術、処置後に起こりうる合併症として、**深部静脈血栓症(エコノミークラス症候群)**が起きることがあるといわれていますので、**予防のため弾性ストッキングの着用をお勧めしています。**

また、弾性ストッキングの着用は、手術をされない方に対しても、静脈瘤の予防や悪化防止に効果があります。

### ★下肢静脈瘤を防ぐ日常生活の注意

#### 1) 長時間の立ち仕事は、なるべく避けましょう

じっと立っているより、できるだけ足を動かすようにしましょう。

短時間でも暇を見つけて足を少しでも上げるとよいでしょう。

長時間の立ち仕事をするときには、**弾性ストッキングを着用してください。**

階段の昇り降りなども予防に効果があります。



#### 2) 長時間の座位は、なるべく避けましょう

イスに長時間座っていなければいけないときは、座ったままで足首を動かすようにします。

正座は下肢の血流を悪くしますので、好ましくありません。

#### 3) 窮屈な下着は、避けましょう

ガードルなどで体を締め付けると、下半身の血流が悪くなり、静脈瘤を悪化させる原因となります。



#### 4) 足を清潔に保ちましょう

下肢静脈瘤の症状が進行すると、潰瘍になる場合があります。

足を清潔に保ち、潰瘍を予防しましょう。

#### 5) 妊娠時に気をつけましょう

妊娠時に症状が現れる場合があります。

**弾性ストッキングの着用**で、予防しましょう。

#### 6) 足を高くして寝ましょう

座布団などで足元を15～20cm高くして寝ましょう。

### ○外科外来診療担当医表

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
一般・消化器 初診(2診)	渡部	大上	大野	的場	大野
一般・消化器 再診(1診)	的場		渡部	大上	小林
呼吸器 初診・再診	坪島			坪島	
(予約)14～16時				坪田	
乳腺 (予約)13～15時				大野/大上	