

「年のものだから…」とあきらめないで

下肢静脈瘤 治療法いろいろ

和歌山病院ではレーザー手術も

説明。多くの静脈瘤は、足の血液が重力により下へ流るのを防ぐ血管内の弁が壊れ、足の下のほうに血液がたまり、静脈が拡張してコブになる。

長時間の立ち仕事 出産も危険因子に

危険因子としては遺伝や妊娠・出産、長時間の立ち仕事(美容師や調理師、店員など)が挙げられる。また、15歳以上の男女632人に行った調査によると、43%(274人)に下肢静脈瘤がみられ、女性に多く、頻度は年齢が高くなるにつれて上昇している。

●金曜特集 くらしと健康のページ●



美浜町の独立行政法人国立病院機構和歌山病院(楠山良雄院長)が第2回市民公開講座を開き、心臓血管外科の医師と看護師が女性に多い足の血管の病気、下肢静脈瘤(かしじょうみゃくりゅう)について最新の治療法などを説明した。同病院は県内で3カ所、紀中地域では唯一の血管内レーザー治療を受けることができる病院で、病気の状態や患者の生活スタイルに合わせて選べる治療法を紹介した。



最も太いタイプの伏在(ふくざい)静脈瘤。外来患者の7割はこのタイプといわれる

下肢静脈瘤とは、足の静脈内につっ血が生じ、血管がでこぼこに浮き出る病気。足が重たい、寝ている間に足がつるなどといった症状があり、放置すると皮膚炎や潰瘍ができることもある。

講座は主婦ら女性を中心に約100人が参加した。心臓血管外科医長の畑田充俊さんは、病気の症状、血管が浮き出る静脈瘤のタイプ、世代別の発症頻度などを示し、足の血管の構造や血液の流れの仕組みなどから原因を

が、再発がけっこう多いという。

体への負担少ない 最新のレーザー照射

これらのほか、最近では大きな静脈瘤に対して、静脈内にカテーテルを挿入、血管にレーザーを照射する血管内レーザー治療が注目を集めている。傷跡が残らないため美容的効果が高く、治療効果も高いうえ、体への負担も少ないのが利点。昨年1月に保険適用となったからは、この治療を受ける人が急増しており、和歌山病院でも昨年夏以降、50人近くが受けた。

畑田医長は「下肢静



「コ血管」 医師 石井雅枝

講座では弾性ストッキングのはき方の実演も行われた

みや屈伸をしたり、夜、布団の中で座布団や枕を使って、足を高くして寝ると、翌朝むくみが楽になるという。

症状の悪化を防ぐ 弾性ストッキング

弾性ストッキングはむくみやだるさを軽減させ、静脈瘤の悪化を防ぐために使用するが、静脈瘤を根本的に治すためのものではない。圧迫力や形状の違いがあり、病態やサイズに合った適切なものを選ぶのが重要。静脈瘤で左右のむくみ方や腫れ方が違う場合は、状態のいい方の足に合わせる。はき方は、①ストッキングの中に手を入れ、②かかとの部分を軽くつまみ、③かかとから太もも部分を裏返し、④つま先からかかとの方へはいていく。かかどがきつり入ったあとは、⑤しわや重なりができないよう上にゆっくり引き上げる。

看護師の石井雅枝さんによると、静脈瘤ができた人や足がむくんだりしてだるい人は、長時間の立ち仕事や座位を避けるのが効果的。それが無理な場合は、仕事の合間に足踏