



健身康心

No.01

令和7年7月発行

発行 いしざか内科外科クリニック
連絡先 075-315-0810

下肢静脈瘤について ご相談ください あきらめないで...

院長
石坂 透

「下肢静脈瘤」は脚の静脈の弁が壊れてしまい、血液が逆流してよどんでしまうことによって起こります。脚の静脈がコブのように膨らんだり蛇行してくる病氣、これが下肢静脈瘤です。

統計によれば、軽症の方を含めると日本人の成人の10～50%に下肢静脈瘤が認められており、その割合は年齢が上がるにつれて増加傾向です。これほど多い病氣なのに、これまであまり知られていなかったのはなぜでしょうか？ひとつは専門に治療に取り組む医師が少ないこと、一般の医師が静脈瘤について十分な知識を持っていないため、患者さんに対して適切なアドバイスができていないこと、悪性の病氣ではなく、歩けなくなるわけではないので、患者さん自身で治療をあきらめてしまうことなどがその理由でしょうか。下肢静脈瘤が気になる方は、ぜひ一度ご相談いただければと思います。

静脈瘤発生のメカニズム

人は立った状態でも脚の静脈の中で血液が重力に逆らって心臓まで上がっていきます。これは静脈弁とよばれる逆流防止弁のついた血管を、筋肉が収縮運動によるポンプの働き（マッスルポンプ）で、静脈内の血液を心臓に向かって押し上げていくのです。脚の静脈には**筋肉の中を走る深部静脈**と、**足の表面の皮下を走る表在静脈**があります。脚の表在静脈の静脈弁がこわれて（弁不全を来たして）血流の逆流、よどみがおきることによって下肢静脈瘤が発生するのです。

下肢静脈瘤の誘因、なりやすい人

もつとも多い誘因は妊娠と立ち仕事です。ほかに肥満、運動不足、下肢の怪我、遺伝的素因などが要因とされています。



下肢静脈瘤の症状

① 外見

血管が浮き出ているため、見た目にみっともない、気持ち悪い、スカートがはけないなど、外見上の悩みを訴えられる方が多くいらっしゃいます。ふくらはぎの静脈瘤で他に症状がなければ、家族の人から指摘されて気づくことも多いでしょう。

② 足のむくみ

下肢静脈瘤によるむくみは午後から夜にかけて悪化します。足のむくみは様々な内科的疾患により起こりますが、下肢静脈瘤が足のむくみを来している事があります。脚に血液がうっ滞することによって、脚が張る感じ、腫れていると感じることもあります。

③ 脚の重さ、疲れやすい、ほてる

脚、特にふくらはぎが疲れて重だるい感じがして、もんだり叩いたりしたくなる症状です。下肢静脈瘤の患者様では、脚の静脈のうっ滞によりこのような症状が起こります。下肢静脈瘤が原因の場合、症状は午後から夜に悪化します。

④ こむら返り、脚がつる

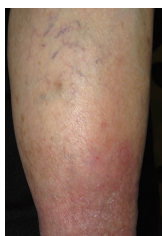
下肢静脈瘤の方は、脚の血液循環が悪化するため、ふくらはぎや、脚がつりやすくなります。歩行時に起こることや、夜とくに明け方にこむら返りを起こすこともあります。

⑤ かゆみ、湿疹、皮膚炎

足首の周囲や静脈瘤の周囲に起こります。これは脚の静脈の血液が長時間にわたってうっ滞することによって起きるため、「うっ滞性皮膚炎」と言われています。進行すると皮膚の表面がザラザラしてかゆみを伴います。茶色い色がつく場合もあります。また皮膚が赤くなつて腫れた後、皮膚の表面が固く黒くなることもあります。

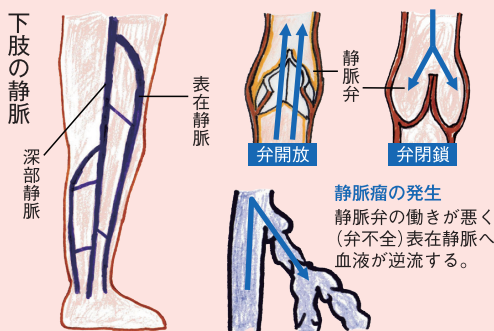
⑥ 潰瘍

うっ滞性皮膚炎を来したまま何年も経過すると、皮膚が弱くなり、皮膚が怪我や引っかかり傷を引き金



うっ滞性皮膚炎

下肢静脈瘤発生のメカニズム



にして、いわゆる「うつ滞性潰瘍」を起します。もともと重症化した下肢静脈瘤で、こうなると日常生活で支障を来し、潰瘍からばい菌が入ると脚が赤く腫れ上がって入院が必要になることもあります。その場合も、下肢静脈瘤の治療をすることで、潰瘍が消退することもあります。



網目状静脈瘤



直径5mm程度に発達した静脈瘤



下肢静脈瘤が進行して潰瘍を形成

下肢静脈瘤の検査

表在静脈の逆流はドップラー検査で簡単に調べることができます。また下肢静脈瘤の診断・治療に欠かせないのは、超音波検査です。超音波検査はゼリーをぬって機械をあてるだけなので、患者様の身体に影響はなく、聴診器をあてるのと同じです。当クリニックでは経験豊富な専門の検査技師が、血管専用のプ

ロープを備えた最新鋭の装置を用いて検査にあたっています。



下肢静脈瘤の治療

保存的治療 (手術以外の治療法)

保存治療のまず第一は、**下肢挙上**です。立ち仕事の場合は1時間立っていたら、5分〜10分間、座ったり、横になって脚を上げて休憩をとります。就寝時には脚の下に枕や座布団をおいて、心臓より少し脚を高くして休んでください。うつ滞性皮膚炎を来している場合、怪我などの傷が治りにくくなりますので、引っ掻いたり、傷を作らないように注意しましょう。かゆみを抑える軟膏などを使用するものもひとつです。

次にもうひとつ重要な保存治療は、**弾性ストッキングの着用**です。すでに下肢静脈瘤が出来ている場合は、下肢静脈瘤治療のために圧迫力の強い医療用弾性ストッキングが推奨されます。弾力ストッキングを選ぶときに大切なことは、医師

の指示により、患者さまの脚にぴったり、の適正なものを準備できるよう、担当者が案内しています。

積極的治療

保存的治療により、下肢静脈瘤の進行を抑え、瘤によるさまざまな症状の軽減を図ることができますが、すでにできている下肢静脈瘤自体が消失することは期待できません。そこで下肢静脈瘤自体をなくするための積極的治療に取り組んでいます。検査の結果を参考にしながら、下肢静脈瘤の進行具合と患者さまの希望により、最適な治療法の選択に心がけております。またいずれも保険診療ですので、健康保険で安全に治療ができます。

① 静脈結紮術

逆流の原因となる静脈を局所麻酔で皮膚切開し縛ってしまふ治療法です。切開の傷は数cm程度で溶ける糸で埋没縫合しますので、抜糸も不要で痕も目立ちません。局所麻酔なので、日帰りが一般的です。

② ストリッピング手術、静脈瘤切除術

弁が壊れて逆流している静脈や静脈瘤の血管を抜き取る手術です。全身麻酔で行いますので痛みを感じることなく手術が終わります。日帰り手術も可能ですが、一泊入院が一般的です。

③ 硬化療法

硬化剤を静脈瘤内に注入して、溜を血栓化させてつぶし、最終的には線維化、器質化させて病気の静脈をなくす治療で

す。細い通常の採血に使うよりもさらに細い針を使用しますので、痛みも少なく、傷跡も残らず、外来治療で所要時間も正味20分ほどで終了します。一番効果の高いポリドカノールという薬剤を投与します。比較的太い静脈瘤から、細い網目状静脈瘤までひろく対応可能です。治療後は48時間圧迫包帯を巻きますが、安静は不要、直後から歩行可能で、普通に生活できます。再発予防のため、治療後はしばらく弾性ストッキングの着用をおすすめしています。

④ レーザー治療

当院では今のところ今のところ③の治療で、患者さんに十分満足していただける対応が出来ていると考え、レーザー治療については導入検討段階です。レーザー治療は比較的太い表在静脈が逆流している場合が対象になります。超音波検査で静脈を見ながら、細いレーザーファイバーを静脈の中に入れて、血管の内側からのレーザー焼灼で静脈を閉塞させる治療です（皮膚科治療などで行っている皮膚表面からあてるレーザーとは異なります）。局所麻酔でも可能で、傷跡が残りません。保険診療ですが、特殊機材を使用する分、費用面では硬化療法などより負担が生じます。

以上、当院の下肢静脈治療をご紹介します。お困りの方は、一度気軽に相談ください。

