

か し じょう みやくりゅう

下肢静脈瘤

下肢静脈瘤とは

血液を心臓に戻す役割をしている静脈には、重力に従って足の方に血液が戻ってしまうを防ぐために逆流防止弁があります。この弁が壊れると、足に血液が逆流してしまい、血管が拡張して瘤(こぶ)状にふくらみます。(図1) 下肢静脈瘤は、時間の経過とともに徐々に悪化し、拡大していきます。症状は、足のだるさ、こむら返りなどがあります。重症化すると湿疹や皮膚が硬くなる「うっ滞性皮膚炎」を合併し、さらに悪化すると「潰瘍」(傷が深くえぐれたような状態)になってしまいます。

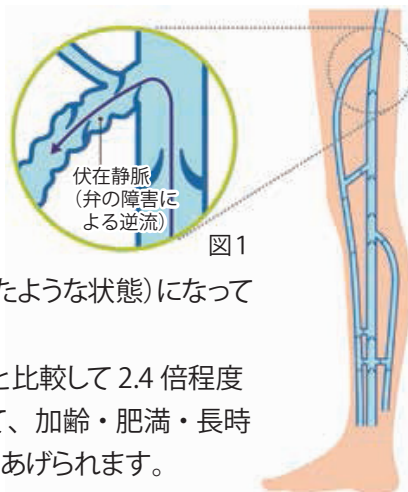


図1

日本人全体の43%に認め、妊娠・出産を経験する女性は男性と比較して2.4倍程度の発症リスクがあると報告されています。その他の危険因子として、加齢・肥満・長時間の立ち仕事、遺伝(両親が静脈瘤の場合90%遺伝する)などがあげられます。

予防

下肢静脈瘤は、日常生活の中で予防できることがあります。

適度な運動

軽いジョギングやウォーキングは、下肢静脈瘤の予防に効果的です。足の血液は、ふくらはぎの筋肉ポンプによって流れています。そのため、運動によってふくらはぎの筋肉を動かすことは下肢静脈瘤を防ぐために有効です。



足のマッサージ

足首から太ももにかけて揉み上げると、血液の流れをサポートできます。

長時間立ち続けるときは弾性ストッキングの着用

弾性ストッキングとは、下肢を圧迫する医療用のストッキングで、圧迫することによって、静脈内に血液が滞りにくい状態をつくります。



下肢静脈瘤の治療

下肢静脈瘤は全ての方に手術が必要となる病気ではありません。ただし、症状が強い方には手術をおすすめします。手術の方法に関しては、2011年より日本でも下肢静脈瘤血管内焼灼術が保険適応となり、血管内焼灼術(レーザー手術、高周波手術など)が主流となっています。細いカテーテルを静脈内に挿入し、レーザーあるいは高周波で静脈を内側から焼灼することで静脈の逆流を制御します。日帰りか一泊入院で手術可能です。(当院では一泊入院で治療をしています。)

手術の合併症

最も重篤な合併症には肺動脈血栓塞栓症^{けっせんそくせん}が挙げられますが、この発生頻度は0.01~0.1%と言われており、基本的に安全な治療が可能です。

当院では2024年8月より血管内焼灼術(レーザー手術)を導入しています。
お気軽にご相談ください。



解説：心臓血管外科
山元 博文 医師