

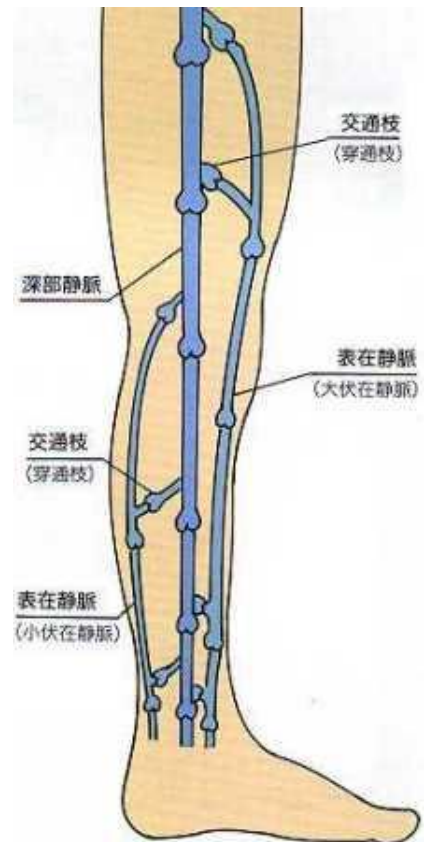
下肢静脈瘤ってどんな病気！？

知ってるかい？

下肢静脈瘤とは？

下肢(脚・足)の静脈が拡張して瘤(こぶ)のように膨らんだ状態を下肢静脈瘤と呼び、拡張した静脈の多くは屈曲・蛇行しています。血管疾患の中で最も発生頻度が高く、軽度のものを含めると成人女性の43%に認められたとの報告もあります。

下肢の静脈は解剖学的に筋肉内にある深部静脈、皮下を走る表在静脈(大・小伏在静脈)ならびに深部静脈と表在静脈を連絡する交通枝(穿通枝(せんつうし))で構成され、各静脈には血液を重力に逆らって心臓に戻すための逆流防止弁があります。この静脈弁が障害されると血液の逆流が起きて、静脈圧が高くなり、静脈が拡張して本症が発症します。静脈弁の障害(弁不全)は先天的に弁が脆弱(ぜいじゃく)な遺伝的素因に妊娠、立ち仕事、加齢などの誘因が加わり生じます。また、深部静脈血栓症や先天性静脈形成異常などに合併して2次性に発症する場合があります。



下肢静脈瘤の症状は？

血液がうっ滞することにより様々な症状現れますが、自覚症状がなく美容上の問題を主訴とする場合も少なくありません。

主な症状は

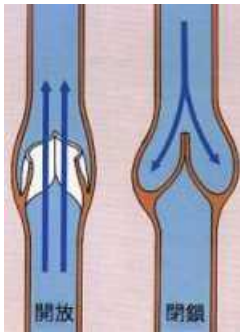
- 「足がむくむ」「痛む」「だるい」「重い」「疲れやすい」
- 「しばしば足がつる」(こむらがり)
- 重症例では皮膚が障害され「皮膚炎」「湿疹」「色素沈着」「潰瘍(かいよう)」
- 静脈瘤にそって痛みを伴う「血栓性静脈炎」

粘膜や皮膚の表面のただれや凹みを生じる病態

もうちょっと詳しく説明しましょう



静脈還流(血液の戻り方)のしくみ



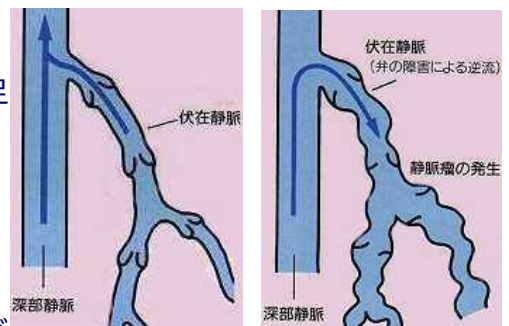
血液が心臓へ戻ることを「静脈還流」といいますが、この静脈還流には静脈の内側にある「弁」が大きな役割を果たしています(左図)。2本足で立って生活している人間では血液はその重みで下の方へ戻ろうとします。この下への逆流をくい止めているのが静脈の弁です。断面で見ると、弁はハの字型をしているため、上向きには血液が流れても、下へは流れない一方通行の流れをつくっているのです。この静脈弁の機能不全が生じると、静脈瘤ができます。

静脈瘤のできかた

多くの静脈瘤は、表在静脈(とくに大伏在静脈や小伏在静脈)の弁が壊れて発生します。弁が正常に働かないと、血液は逆流することになり、足の下の方に血液が溜まり、その結果、静脈は拡張し、静脈瘤ができます。

右図の左は正常な血液の還流、右は静脈瘤の場合の血液の逆流を示しています。

深部静脈血栓症の結果静脈内圧の上昇のため弁が壊れ静脈瘤が出来る場合があります。



静脈瘤の治療は？

その1 弾性ストッキング

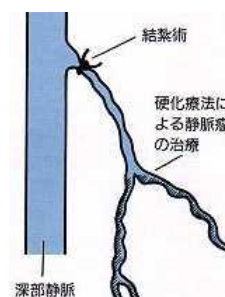
ストッキング・パンスタイプ・ハイソックスなどの種類があります。静脈瘤そのものが治るわけではありませんが、軽症例ではかなり効果が期待できます。

その2 硬化療法

硬化療法は、直接静脈瘤に薬(硬化剤)を注射するものです。硬化剤は静脈を癒着させパシヤンコにする接着剤の役割をはたします。その結果、静脈瘤は小さく目立たなくなり、血液が溜まらないために、だるさやむくみが無くなります。硬化療法の後、注射をした部位にしこりや色素沈着が occurs ますが、次第に薄くなり消失します。硬化療法に要する時間は1回が10~15分程度です。

その3 高位結紮術

皮膚に小さい切開を加え、静脈をしぼるものです。これにより血液の逆流を止めてしまうわけです。よく血管をしぼってしまうと、血液の流れが悪くなってしまわないか」と心配されますが、血液は表在静脈よりずっと太い静脈(深部静脈)を流れますので全く支障がありません。



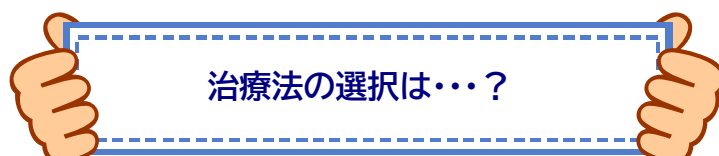
その4 ストリッピング手術

ストリッピング手術は、悪くなった血管内にワイヤーを通し、ワイヤーを引き抜くことによって静脈瘤を取り去る手技で、大伏在静脈あるいは小伏在静脈を引き抜き、さらに小さい皮膚切開により静脈瘤を切除するものです。多くは全身麻酔が必要でしたが、TLA という新しい麻酔法により日帰り手術ができるようになりました。

その5 血管内焼灼術

血管内焼灼術とは、逆流している静脈内に極細のレーザーファイバーやカテ

ーテルを挿入して、血管内の壁を熱で焼き、閉塞させる手術です。血管内焼灼術には、レーザーによる焼灼術と高周波による焼灼術があります。術後の痛みや腫れ、皮下出血が少ないなど、より負担の少ない治療です。この手術も、TLA という新しい麻酔法により日帰り手術で行います。



圧迫療法は保存的治療で、静脈瘤の進行を防いだり、症状の軽減を目的に行われます。

一方、硬化療法と手術療法は根治を目的とした治療です。根治のためには、静脈瘤の原因となっている弁不全による逆流を無くすことと、出来てしまった静脈瘤を取り除くことが必要です。血管内の壁を熱で焼き閉塞させる血管内焼灼術、血管を抜き取るストリッピング術、逆流する血管を縛ってしまう高位結紮術、硬化剤で血管をつめてしまう硬化療法があります。

出来てしまった静脈瘤を取り除く方法としては、皮膚を切開して静脈を取り除く外科的切除、硬化剤注入による硬化療法があります。

したがって、きれいな足を取り戻すには、血管内焼灼術やストリッピング術、高位結紮術にそれぞれ硬化療法を組み合わせる行うことが一般的です。硬化療法には、通院でできる、簡単である、体への影響が少ない、という利点があります。しかし、血管内焼灼術やストリッピング手術にはどんな大きな静脈瘤でも確実に治療できるという利点があります。大きな静脈瘤や潰瘍をつくっている患者さんには血管内焼灼術やストリッピング手術が向いています。治療法を選択される際は主治医とよく相談されると良いでしょう。

日常生活での注意

下肢静脈瘤の症状や合併症は足の血液のうっ滞で起こります。日頃から血液のうっ滞に注意することで、症状をやわらげたり、静脈瘤を悪化させるのを防ぐことができます。

- 1) 下肢に血液が溜まらないように、長時間の連続した立ち仕事はさけましょう。
立ち仕事中は1時間の仕事に5～10分間は、あしを心臓より高くして休息しましょう。休息がとれない方は、足踏みをしたり、歩き回ったりしてください。あしの筋肉を使うと、筋肉のポンプ作用で静脈環流がよくなります。
椅子に長時間座っていなければいけない場合は、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。
- 2) 窮屈な下着はさけましょう。ガードルなどでからだを締め付けると、下半身の血流が悪くなり、静脈瘤を悪化させます。
- 3) 夜寝るときには、クッションなどを使用しあしを高くして休みましょう。
- 4) 立ち仕事や外出のときには、弾性ストッキングをはいてください。
- 5) 下肢の清潔を保ちましょう。

おすすめの弾性ストッキング



強力な引き締めでケアするパワーサポートタイプ



しんおおさかクリニック