

その足、放っておいて 本当に大丈夫？

下肢静脈瘤について

Q：下肢静脈瘤とはどんな病気ですか？

A：足の表面を走行している血管（静脈）に血液が逆流する病気です。そのために血管がコブ（瘤）のように膨らみます。足の見た目が非常に悪くなり、様々な症状を引き起こします。日本人の約10人に1人が下肢静脈瘤であると報告されており、出産経験のある成人女性の2人に1人が発症するとも言われています。両親が静脈瘤だと90%遺伝するとも言われています。



Q：下肢静脈瘤の原因はなんですか？

A：静脈には、血液の逆流を防ぐための弁が生まれた時から備わっています。この静脈の弁が壊れると、血液が足に逆流してしまい、足に血液が溜まることで下肢静脈瘤を発症します。静脈弁が壊れる原因として、長時間の立ち仕事、肥満、衣類による圧迫、妊娠等の様々な要因が指摘されています。

Q：どのような症状がでるのでしょうか。

A：足の血管がポコポコ浮き出て見た目が悪くなり、足のだるさ・むくみ・こむら返り（足のつり）・かゆみ等の症状を引き起こします。さらに悪化すると、足に色素沈着（茶色っぽい色素が皮膚に沈着）や潰瘍が出現し、皮膚が硬くなってしまいます。ここまで進行すると治療に難渋します。

Q：病院に行くタイミングを教えてください。

A：まずは足の血管がポコポコ膨らんで目立つようになったら受診して下さい。それに伴って上記の何かしらの症状を伴えば手術のタイミングです。

Q：どのような治療法がありますか？

A：基本的に、①弾性ストッキングによる圧迫治療、②硬化療法、③ストリッピング手術、④血管内焼灼術の4種類があります。手術を希望されるのであれば、血管内焼灼術が最も効果的で負担が少ない方法です。局所麻酔で施行可能であり、片足10-20分で手術は終了し、術後すぐに歩行可能で仕事復帰もできます。ガイドラインでも最も推奨されている方法です。

Q：下肢静脈瘤にならないための予防法はありますか。

A：残念ながら明確な予防法はありません。すでに下肢静脈瘤の患者様は、窮屈な下着やハイヒールを履くと静脈瘤を悪化させますので注意してください。



**根本先生から
ひとこと**

血管外科 医長

ねもと まさる

根本 卓先生

下肢静脈瘤は皆様が想像するよりもずっと身近な病気です。静脈瘤を放置して足の見た目が悪くなり、スカートが履くことが嫌になっている患者様が多くいらっしゃいます。男女問わず、気になるようなら遠慮なく受診して下さい。綺麗で元氣な足を取り戻しましょう！

