



下肢の血管がムクムクと腫れ上がる(蛇行)

# 下肢静脈瘤にラジオ波手術を

## はじめました 夏になると目立ちますね

### 下肢静脈瘤とはどんな病気か?

人間の体には大きく分けて2種類の血管があり、心臓から出た血液を全身へ送る「動脈」と、全身から心臓へ血液を送り返す「静脈」とに分けられます。下肢静脈瘤は足の静脈、なかでも体の表面近くを走行している表在静脈と呼ばれる血管が太くなってポコポコと浮き出してくる病気です。

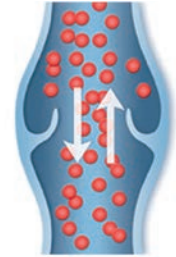


### 下肢静脈瘤の原因は?

足の静脈は人間が立っているときなど日常の多くの場面では体の下から上へ重力に逆らって血液を心臓まで送り届ける必要があります。人間の体にはこの静脈の流れをスムーズに行うための筋肉がポンプの働きをしたり、呼吸によって血液を心臓まで吸い上げるなどのしくみが備わっています。しかし、これだけではせつかく押し上げた血液が逆流してしまうため静脈には「静脈弁」と呼ばれる逆流防止の弁がついています。下肢静脈瘤はこの静脈弁が壊れてしまっているため静脈へ負担がかかることが原因で生じる病気です。具体的には立ち仕事の方や高齢の方に多く、女性の方では妊娠を契機に発症する方もいらっしゃいます。



正常な静脈弁



壊れた静脈弁(弁不全)

### 下肢静脈瘤を放っておくとどうなる?

下肢静脈瘤は命にかかわる病気ではありませんが、自然によくなることはありません。自覚症状には足の重だるさや痛み、足がよくつるなどの症状があります。重症の患者さんでは足首付近の皮膚に色素沈着(黒ずんでくる)が現れ、さらに悪化すれば潰瘍になってしまう方もいらっしゃいます。

### 治療にはどのようなものがありますか?

#### ① 弾性ストッキングによる保存的治療

弾性ストッキングと呼ばれるやや締め付けの強い靴下を着用することによって、足の筋肉ポンプの作用を促し血液が足に滞るのを予防します。



#### ② 静脈の中に薬を注入して固める硬化療法

静脈瘤の中に瞬間接着剤のような薬物を注入し、血管を固めてしまう治療法です。軽度の静脈瘤には効果的な治療法ですが、進行して太くなりすぎてしまった静脈瘤には効果が期待できないことがあります。

#### ③ 手術治療

下肢静脈瘤の治療法の中で最も効果的な治療法です。従来は逆流している血管の中にワイヤーを通し、血管を引き抜いてしまう「ストリッピング手術」を行っていましたが、最近では血管の中にカテーテルと呼ばれる細い管を通し血管を内側から焼いて塞いでしまう「静脈瘤血管内焼灼術」が広く行われるようになってきました。静脈瘤血管内焼灼術では小さな傷で手術が行え、片足1時間30分両足2時間30分の手術時間がかかります。局所麻酔で手術ができるため、術後すぐに歩くことができるというメリットがあり、2泊3日の入院治療となります。当院では平成30年1月より高周波アブレーションカテーテル(ラジオ波)による下肢静脈瘤治療を導入いたしました。特に尾張中部医療圏(4月より名古屋医療圏に編入)では初めての導入となります。



高周波治療

最後に

下肢静脈瘤は今や日本人の10人に1人患者さんがいらっしゃる身近な疾患です。自覚症状のほか見た目が気になるなど静脈瘤でお困りの方は血管外科外来までお気軽にご相談ください。地域の皆様のお役に立つことが出来れば幸いです。

血管外科 下肢静脈瘤血管内焼灼術実施医 今枝佑輔

## ヨガで解消



私は疲労や腰痛、肩こりにひどく悩んでいましたが、ある本に出会い少しずつ解消されています。それはスポーツ選手が書いているヨガの本です。“疲れが劇的に消える”その文字を見てやってみようと思いました。寝る前に5分から10分、あぐらを組んで目をつぶり深呼吸。これをするだけでネガティブな思考が消えていきスッキリした気持ちになりました。次に、ポーズをとってみようと真似してみましたが、体がガチガチに

かたく同じポーズがとれませんでした。しかし、このヨガを始めて6か月が経ったころ、なかなかとれなかったポーズもとれるようになり、どんどん体が柔らかくなっていきました。一通り終わったころには肩こりや腰痛が改善されており、とても楽になりました。そしてカラダだけではなく、ココロにも効果があり集中力が高まり驚きました。

この本には肩こり・目の疲れ・首の疲れなど、悩みにあったポーズが40種類も紹介されています。私は寝る前に20分ほどやっていますが、自分に合ったメニューで簡単にできるのでまったく苦になりません。それがこのヨガの魅力だと思うので、これからも続けていきたいと思っています。

健診・ドックセンター 青山友美

## ひなまつり



上巳の節句は本来3月の最初の巳の日を指すものでしたが、江戸時代に旧暦の3月3日と定まりました。平安時代の風習で人形を流して厄払いを行う「流し雛」と小さな御所風の屋形をしつらえ飾る貴族子女のおまご遊びのような「ひいな遊び」とが結びついていき、さらに江戸時代には武家の子女が人形を川に流す代わりに家に飾るようになりました。これが現在のひな祭りの由来とされています。

- 3月1日～3月8日 女性の健康週間
- 3月3日 上巳の節句/桃の節句/ひな祭りの日
- 3月7日 消防記念日 1948(昭和23)年のこの日、「消防組織法」が施行された。
- 3月21日 春分の日 自然をたたえ、生物をいつくしむ。
- 3月24日 世界結核デー(World Tuberculosis Day) 世界保健機関が1997年に制定。1882年のこの日、ロベルト・コッホ博士が結核菌を発見した。ただし日本では9月24日～30日を「結核予防週間」としている。

## 50度洗い

しおれかけた野菜などを50℃のお湯に浸すとびんしゃんとします。お湯の温度を50℃に保ち、浸し洗い終わったらしっかりと水気を切ることで雑菌も減り衛生的です。

※1月号より、四字熟語と一口メモを交互に掲載しています。

## 募集

## 看護師 ◆常勤 ◆パート

お問い合わせは TEL 0568-21-1615 総務課へ

## 同時募集

臨床検査技師 臨床工学技士 視能訓練士 総務事務 看護助手 ケアマネージャー 施設管理 管理栄養士 栄養士 調理スタッフ

◆読者投稿◆ ご意見・投稿の希望の方は、ハガキ又は封書にて当院広報委員会宛までお願いします。

■ 第132号 2018.3月  
■ 発行/済衆館病院広報委員会

医療法人 済衆館 済衆館病院  
TEL.0568-21-0811(代表)

〒481-0004 北名古屋西村前111番地  
e-mail: saishukan@rio.odn.ne.jp http://www.saishukan.com  
FAX.0568-22-7494

当院は個人情報保護に積極的に取り組んでいます。