

脚の健康は全身の健康を支えます。

Vol. 22
May.-Jun.2019



治ったのにどうして？

静脈瘤の 再発の原因とは(2)



治ったのにどうして？

静脈瘤の再発の原因とは(2)

前回に続き、
静脈瘤の再発の原因についてお話しします。
繰り返しになりますが、再発と再燃は異なるもので、
再燃とは一度治療した部分に再び静脈瘤ができること、
再発とは治療したのとは別の部分に静脈瘤ができることです。
今回はおもに外的な要因で
静脈瘤が再発するケースについて解説しましょう。



原因

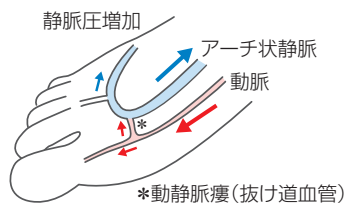
1

1 血圧を下げる薬を飲んでいる

血圧を下げる薬のひとつに、カルシウム拮抗剤という薬があります。効き目も強く、降圧剤のなかではファーストチョイス（最初に選ぶ薬）といわれるくらいによく使われるものですが、これには抜け道血管が開きやすくなるという副作用があります。いつも足の甲の抜け道血管が開くケースについて解説していますが、この薬を飲むと、足の甲以外の抜け道血管も開くことがあるようです。

抜け道血管が開くと、動脈血が静脈に流れるために静脈内の圧力が高くなり、血管から水分がにじみ出します。これが原因となって下腿浮腫や皮膚の痒みなどを起こすほか、難治性の静脈瘤になることがあります。

薬を変えると症状が軽減されることがあるようなので、過去に静脈瘤になったことがある方は、服用前に相談するとよいでしょう。



原因

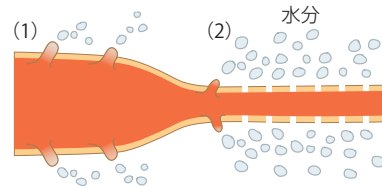
2

利尿剤を飲んでいる

むくみの症状を訴えて内科に行くと、利尿剤を処方されることがあるようです。しかし、心臓疾患など重篤な病気を除き、利尿剤を長期にわたって飲み続けるのは避けたほうがよいでしょう。

利尿剤には体内の水分を尿として外に出す作用がありますが、このときに外に出されるのは血液中の水分です。血中の水分が少なくなると、血流が弱まり血圧が低下します。すると血圧を維持しようとして血管が収縮するため、血管内の水分はさらに血管の外に押し出されます。こうして体内には水分が溜まってむくみが起り、水分が少ない血液はうっ滞しやすいため静脈瘤の原因になるのです。

余分な水分を外に出して、むくみを軽減するには、しっかり水を飲むようにして1日1時間程度歩くのがいちばんです。

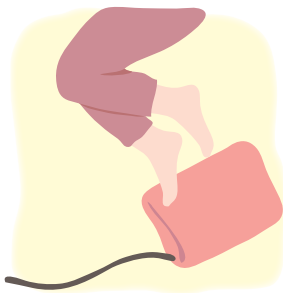


(1) 血中の水分が減少すると、(2) 血管が収縮してさらに水分が押し出される。

原因

3

寝るときに電化製品を使っている



冷え性のため、寝るときに電気毛布や電気あんかを使う方がいらっしゃると思いますが、電化製品から出る電磁波も抜け道血管が開く原因になります。

さらに電気毛布や電気あんかは足先を温めるため、足の甲の抜け道血管がより開きやすくなります。

抜け道血管が開くと、足の指先に流れるはずの動脈血は足の甲の部分で静脈に流れてしまいます。そのため足先は血流が悪くなって冷えた状態になり、布団から出たとたん冷たく感じます。冷えが解消しないので、さらに靴下をはいて足を温めて寝るなどの悪循環に陥ることもあるようです。

また、抜け道血管から多量の血液が流れ込んだ静脈からは水分がしみ出し、むくみの原因になります。このような状態が続くと、静脈の血流が悪くなって静脈瘤になることもあります。

電化製品を使う場合、寝る前にスイッチを入れて布団の中を暖め、就寝時にはコンセントを抜くとよいでしょう。



睡眠時の呼吸もむくみに影響します

睡眠時の呼吸も足のむくみと関係があります。体内のリンパ管を流れるリンパ液は、血液のように心臓のポンプの力で循環しているのではなく、筋肉を動かすことや呼吸をすることで流れるといわれています。したがって、睡眠時無呼吸症候群などで規則正しい呼吸ができていないと、リンパの流れも滞ってしまいます。流れが悪いとリンパ管からリンパ液がにじみ出して、むくみの原因になるのです。

睡眠時に呼吸が乱れる原因のひとつが口で呼吸をすることです。あお向けになって口で呼吸すると、咽頭や舌根が奥に落ち込むような形になり、のどをふさいでしまいます。睡眠時は口で呼吸しないようにするため、体を横向きにして寝るとよいでしょう。

院長室から

5月から6月にかけては、足のことが気にかかる時期です。まずは薄着になるために、見た目を気にする女性が増えること。そして梅雨を迎えると、気圧の関係で抜け道血管が開きやすくなり、足のむくみとだるさを訴える人が増えることです。

この対策のためにドラッグストアなどには様々な着圧ストッキングが売られています。しかし、市販の着圧ストッキングを使い続けるのはおすすりできません。

着圧ストッキングを着用すると足は引き締まって見えますが、圧迫されることで血流が妨げられます。足の甲やふくらはぎの筋肉ポンプも働きにくくなるので、うっ滞した血液から水分がにじみ出し、かえってむくみの原因となります。

また、血行の悪さや乾燥が原因で皮膚の痒みやアレルギーを起こすほか、長期間使い続けると筋肉が萎縮して筋力がおとろえ、歩行や運動の妨げになってしまうこともあります。

むくみの原因はさまざま、重篤な病気の症状の場合もあります。勝手に判断をせず、医師に相談をしてから対処するようにしてください。

診療のご案内

2019.5月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			休診	休診	休診	休診
5	6	7	8	9	10	11
休診	休診	○●○	○●○	○●○	○●○	○●○
12	13	14	15	16	17	18
休診	休診	○●○	○●○	○●○	○●○	○●○
19	20	21	22	23	24	25
休診	休診	○●○	○●○	○●○	○●○	○●○
26	27	28	29	30	31	
休診	休診	○●○	○●○	○●○	○●○	

2019.6月

日	月	火	水	木	金	土
						1
						○●○
2	3	4	5	6	7	8
休診	休診	○●○	○●○	○●○	○●○	○●○
9	10	11	12	13	14	15
休診	休診	○●○	○●○	○●○	○●○	○●○
16	17	18	19	20	21	22
休診	休診	○●○	○●○	○●○	○●○	○●○
23/30	24	25	26	27	28	29
休診	休診	○●○	○●○	○●○	○●○	○●○

午前診… 9:30~12:00 手術… 13:00~17:00 午後診… 17:00~19:30



医療法人 医友会

サトウ心臓血管外科クリニック

〒606-8387 京都市左京区法林寺門前町37番
アバンエスパス鴨川1F

TEL 075-762-1082 FAX 075-762-1083

<http://www.sato-vsc.com>

- 京都市営地下鉄東西線「三条京阪駅」下車
地下鉄2番出口正面
- 京阪電鉄「三条駅」下車9番出口東へ50m

