

脚の健康は全身の健康を支えます。

Vol. **31**
Feb.-Mar.2021



治療後の痛みに悩まないために。

静脈瘤の手術は
タイミングが大切。



治療後の痛みを悩まないために。 静脈瘤の手術は タイミングが大切。

足の血管がぼこぼこする下肢静脈瘤や、むくみやだるさなどの原因になる「かくれ静脈瘤」は、レーザー手術で治療することができます。ところが、静脈瘤は治っても、痛みやしびれなどが残るケースがあります。その原因となるのが治療のタイミング。つまり、症状がどれだけ進んだ段階で治療をしたかで、その後に違いが出てしまうのです。今回は治療のタイミングについてお話ししましょう。



1 治療直後の痛みは「傷の痛み」

静脈瘤の治療後、もっともよく聞く愁訴が痛みです。これは皮膚の痛みで、傷の痛みと同じです。レーザー手術の傷口は注射痕のようなごく小さいものですが、治るまでは多少の痛みがあります。また、治療部位が皮膚に近い血管であることが多く、どうしてもしばらくの間、痛みが残ります。

レーザー手術による痛みが普通の傷の痛みと少し違うのは、傷口が目立たなくなるために、治

療部位を目でみるできないことです。

ケガをしたときや普通の手術をした場合、大きな傷があるので、人間の脳は「痛くても仕方がない」と思ってしまうようです。ところが、傷が小さいのに痛みがあると、不安に感じてしまうため、より痛みを強く感じてしまうことがあるのです。

しかし、治療後の痛みは傷の治癒とともに治まります。一般的には1～2週間程度で痛みはなくなります。

2 神経による痛みとは

傷による痛みは、動いたり熱いお風呂に入ったりすると出ます。ところが、痛みにはもうひとつ、神経の痛みがあります。これは術後2週間ほど経過して、ホッとしたころに出ることが多いようです。神経の痛みは傷の痛みと違い、術部に出るとは限らず、治療もしていないとこ

ろが痛むことがあります。

傷ついた神経が元に戻る過程で出てくるものですが、じっとしていても痛んだり、眠るときに痛みが出たりするため、とても気になります。

ひどくなると、睡眠障害や神経症を起こす方もおられ、長く続いてしまうケースもあります。

3 神経痛を防ぐのは治療のタイミング

では、治療後にこのような痛みが出ないようにするには、どうすればよいでしょう。

右の表は、手術時の静脈瘤の進行度と、治療後にしびれ・感覚麻痺・神経痛を訴えた頻度をまとめたものです。

術後のしびれ、感覚麻痺、神経痛などを訴えた割合

手術時の静脈瘤の進行度	術後 5か月～6か月	術後 1年～2年
皮膚に痒みがない（初期）	26.8%	2.1%
皮膚に痒みがある（中期）	82.3%	26.3%
色素沈着、皮膚萎縮、 皮膚潰瘍	93.7%	67.4%

表を見るとわかりますが、静脈瘤の症状があまり進んでいない（皮膚に痒みが出ていない）状態で治療をすると、術後5か月～6か月経過して神経の痛みを訴える人はおよそ4人に1人。術後1年以上経つと、100人に2人という結果になります。

ところが、症状が進み皮膚に痒みが出てから治療をすると、術後5か月～6か月では5人に

4人、1年以上経っても4人に1人以上の方が痛みを感じています。さらに症状が進んで皮膚に異常が出てから治療をした場合、7割近くの方が1年以上経過しても痛みを訴えていることがわかります。

つまり、痒みが出る前か、痒みを感じたらすぐに治療をすると、後々神経の痛みに悩まされることが少ないということです。

4 「痒みが出る前に」はどうして？

痒みを感じるのは皮膚の表面です。蚊に刺されて痒いのは、皮膚の表面から異物が入ってきたことに反応するからです。

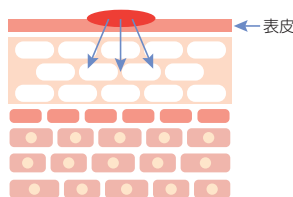
ところが、むくみやだるさによる痒みの原因は、皮下に余分なリンパ液や水分が溜まり、それが自家感作によるアレルギーを起こすことです。つまり、痒みの原因が皮下にあり、それが皮膚に影響を及ぼして痒くなるのです。

むくみやだるさが原因で皮膚に痒みが出ると、表皮のすぐ下にある末梢神経も炎症を起こします。

痒みを放置してこの状態が長く続くと、神経にも障害が出て、神経痛の原因のひとつになります。神経の障害は戻ることがないともいわれるので、早い対処が必要となるのです。

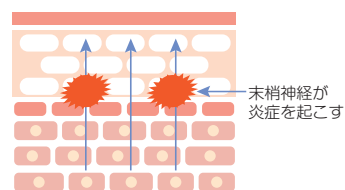
●普通の痒み

表面からの刺激で痒みが起こる



●自家感作によるアレルギーの痒み

体の中から伝って痒みが起こる



治療のタイミングを誤らないために

このように、同じ治療をするにしてもタイミングが重要になります。せっかく手術で静脈瘤が治ったのに、神経痛に悩まされるということを防ぐためにも、早期の診察をおすすめします。むくみやだるさを感じたら、まずは専門医に相談しましょう。

初期のうちなら、生活習慣を変えることで進行を遅らせたり、症状がなくなる場合もあります。そして、しっかりと経過を観察し、痒みが出たらすぐに治療をすることが大切です。

院長室から

毎年、寒い時期こそ外に出て運動することをおすすめしています。とくにウォーキングなどの有酸素運動は、気温が低いときの方が脂肪が燃えやすく、かつ体温を上げて冷えを予防する効果もあるからです。

今年はコロナウイルスの影響で外出を控える方が多いようですが、人混みを避けて朝夕などに歩くことは健康のためにも必要です。なかなか外に出られない方は、血流が滞るのを防ぐためにも一日に何度か正座をしたり、足の運動をしたりするようにしましょう。

冷えが気になる方はとくに注意が必要です。冷えるからといって、あまり動かずに足を暖めていると、抜け道血管が開くことで冷えが悪化することもあります。

今回のテーマは術後に関することでしたが、ふくらはぎの筋肉が衰えて萎縮すると、静脈瘤再発のリスクも高くなります。一度治療をされた方でも、再発、再手術とならないために、日ごろの予防が大切です。

診療のご案内

2021.2月

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

2021.3月

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

