

脚の健康は全身の健康を支えます。

Vol. 45

Jul.-Aug.2023



「足に赤い斑点が？」

気づいたときは、
早めに受診を。



「足に赤い斑点が？」 気づいたときは、 早めに受診を。

足のむくみやだるさが起こる「かくれ静脈瘤」ですが、症状が慢性化してから手術をしても、術後の神経痛などに悩まされることもあります。

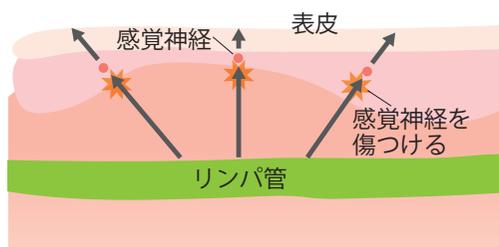
早めに対処するには、どのようなタイミングで医師に相談すればよいのでしょうか。

今回は、初期の段階に起こる皮膚の変化についてお話しします。

「かくれ静脈瘤」の問題は？

下肢静脈瘤には、足の皮膚がポコポコと隆起するタイプと、見た目には変化がなく、むくみやだるさの症状が起こる「かくれ静脈瘤」とがあります。

どちらも下肢の血流が悪くなるのが原因ですが、かくれ静脈瘤の場合、見た目の変化がないので、自分では気づきにくいという問題があります。そのため症状がかなり進行してから受診する患者さんも多いのです。



血液とリンパの流れが悪くなると

かくれ静脈瘤は、下肢の静脈の血液の流れが悪くなることで起こりますが、同時にリンパの流れも滞ります。リンパは、血液同様に全身を巡るリンパ管を流れていますが、流れが悪くなると、リンパ管に流れ込むことができず、体内に溜まっていきます。

皮膚に近いところにリンパがたまると、さらに表皮の近くにある感覚神経に悪い影響を与えます。初期の段階では痒みができる程度ですが、やがて痛みやしびれなどが起こり、ひどくなると痛みで歩行や運動などに影響が出ることもあります。

また、長く放置すると、感覚神経が損傷してしまい、長く神経痛に悩まされてしまいます。

一度損傷した神経は元通りになることはないのです。早い段階での対処が必要になるのです。



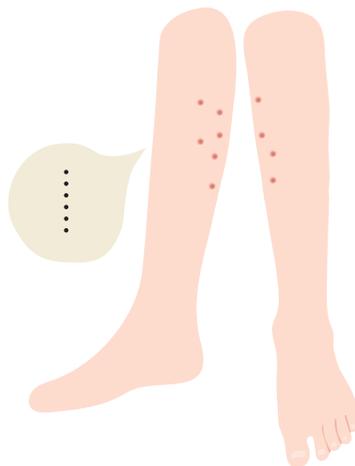
ふくらはぎの赤い斑点に要注意

このように、症状が慢性化してしまい、目に見える異常が現れる前に、皮膚の状態をよく見ることで早期に「かくれ静脈瘤」を発見することができます。

皮膚の近くを流れるリンパ管からリンパが滲み出すと、自家感作というアレルギー症状が起こり、細い静脈（皮静脈といいます）が破裂して、表皮に赤い斑点ができます。

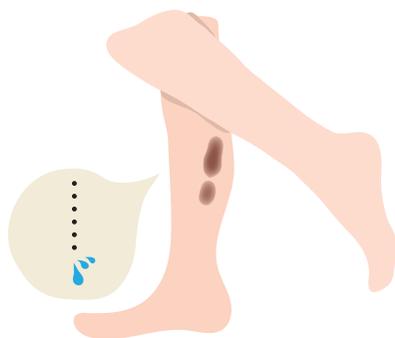
小さな赤い斑点は、全身のあちこちに見られることがありますが、かくれ静脈瘤の初期症状の場合は、ふくらはぎの内側にできることが多いようです。

この斑点が、なかなか消えない場合や、次々にできる場合、血液やリンパの流れが滞っていて、慢性化しつつあることが考えられます。



斑点を放置すると？

赤い斑点を放置すると、やがて茶色く変色してきます。斑点は狭い範囲にいくつもあって多いので、結果的に数センチくらいの大きさの茶色いあざのような状態になります。そのままにしておくと痒みが強くなり、やがて皮膚潰瘍になったり、さらに悪化すると皮膚に穴が開くこともあるので注意が必要です。また、皮膚が変色してくると、むくみやだるさの症状も悪化するようになります。



「かくれ静脈瘤」の予防と対策

皮膚の赤い斑点を防ぐにはビタミンCが効果的です。普段から野菜や果物などでビタミンCを摂ることを心がけてください。サプリメントなどで補ってもよいでしょう。

なかなか改善しないようなら、初期のかくれ静脈瘤になっているかもしれないので、専門医に相談してください。痒みが出たり、色が変わってきたら手術が必要になる場合もあります。早

めに受診することで、外科的な治療をせず、生活習慣の改善などで治る場合もあります。



院長室から

今回は皮膚の様子から、「かくれ静脈瘤」を早めに発見する方法についてお話ししました。

さて、皮静脈の異常に起因する足のトラブルとして、ふくらはぎに赤い斑点が出るアレルギー症状のほか、いつもお話する「抜け道血管」が皮静脈にできてしまうケースがあります。

皮静脈に抜け道血管ができると、血流が悪くなって足がむくむだけでなく、皮膚炎やリンパ浮腫などの原因にもなります（詳しくは ASHIKA vol.43 をご覧ください）。

このような皮静脈のトラブルは、コロナの流行以来、増えているようです。ウイルスやワクチンなどとの関係は不明ですが、仕事や生活サイクルの変化など、環境が変わったことも影響があるかもしれません。

いずれにしても、普段から自分の体の状態をよく見るようにして、変化があれば早めに対処することが大切です。

診療のご案内

2023.7月

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

2023.8月

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

