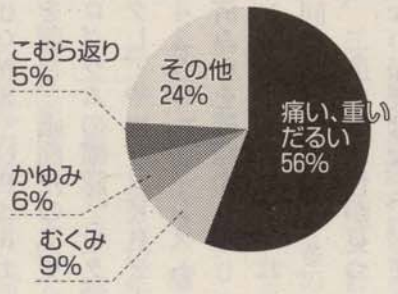


# 下肢静脈瘤 ると皮膚に潰瘍が...



うっ血がたまり、静脈瘤ができた足(左)と、血管を引き抜く手術で治った足

下肢静脈瘤の症状の割合



ふくらはぎに血管がぼこぼここと瘤のようになつて浮き出る下肢静脈瘤。女性の病気と思われがちだが、男性にも意外と多く、悪化する難治性の皮膚病のような潰瘍ができることもある。日帰り手術が一般的になつてきた下肢静脈瘤の現状を探った。

1枚の写真がある。ふくらはぎが一面に黒っぽくなり、くるぶし辺りには潰瘍ができ穴があいている。下肢静脈瘤(以下、静脈瘤)を治療しないでおくと最悪、このような皮膚症状が表れることもある。

「皮膚科で原因が分からずに難治性の皮膚疾患とされることがあるのですが、静脈瘤を治療すると、うそのように治ります」

## 皮膚の柔らかさが大きな要因

どうして、腫れやむくみが出るのだろうか。静脈瘤が起るメカニズムを知れば明らかになる。

「人間の直立二足歩行が一番の原因なのです」と話す坂田院長は、その理由を分かりやすく説明する。

かび上がると思われがちだが、腫れやむくみが主に出る症状だ。だが、徐々にしか進行しないので、なかなか気づきにくいのだ。「1年前と比べても分かりませんが、5年前と比べると、足が太くなつていることに気がきます。多くは、自分の足をいつも見ているので変化に気づきにくいのです」(坂田院長)

一般的に瘤に気付いてから診察を受けにきた患者の訴えは、足がだるいとか重い、痛いというのが最も多く、次いでむくみ、かゆみ、こむら返りの順になつている(上のグラフ参照)。

旧日本兵のゲートルも下肢を圧迫して静脈の流れを良くするためだった。下肢を圧迫すると長時間、歩いても疲れにくくなる。

足の静脈は立っているときには血液を重力に逆らつて心臓に送り返さなければならぬ。しかし、人間の皮膚は非常に柔らかくて静脈の血液を押し上げる力がサポートすることができない。皮膚による足の圧迫が

「動物に静脈瘤はないと言われています。犬や猫など小動物は重力の影響が少なくてすし、象やキリンなど大きな動物の皮膚は硬くて足を圧迫する力がありますので」(坂田院長)

もう少し詳しく、静脈瘤のできるメカニズムを見てみよう。足の静脈は深部にある筋肉内を通る深部静脈と皮膚に近いところにある表在静脈とその二つをつなぐ穿通枝で構成されている。そして、静脈には心臓へ向かう血液の逆流を防ぐ弁(静脈弁)がついている。足の静脈血はふくらはぎの筋肉などの収縮によつて深部静脈に絞り出され、弁の働きによつて一段一段と上部へ上がり、心臓へ返つ

# あきらめな<sup>い</sup>！生活習慣病<sup>③</sup>

## 男性にも多く、重症化する

### 下肢静脈瘤のメカニズム

表在静脈弁不全により、下肢にうっ血をきたす

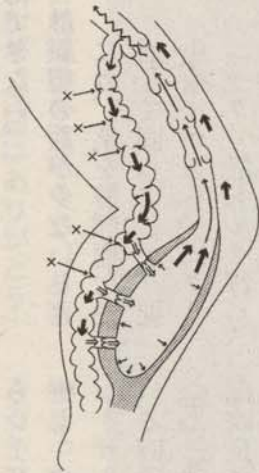
- ① 静脈瘤になった血管は、役にたたず、正常な静脈に負担をかけているため、抜去する必要がある
- ② 正常の静脈が残っているため、抜去しても障害はない

### 下腿筋ポンプ

通常の仕事に加えて表在静脈を逆流した血液もくみ上げる必要がある  
残っている正常な静脈と筋肉の仕事量を増やすことにより、逆流分をカバーする  
カバーできなくなると症状が出る

### 筋が腫れる

筋肉が腫れるために症状が出る



ていく。皮膚や皮下の血液は表在静脈に集まり、その血液は弁によって足先に下がるのを防いでいる。弁で仕切られた「小部屋」の血液は筋肉が緩むと穿通枝から深部静脈へと流れて、心臓へと送られる。このように静脈、弁と筋肉が一体となってポンプの役割を果た

している。足の筋肉が第二の心臓と言われる所以だ（左の図参照）。

表在静脈の脚の付け根付近の弁が加齢や立ち仕事で長期間にわたるなど、負担をかけ過ぎることにより機能が低下し、深部静脈からの血液が表在静脈へ逆流することが静脈瘤の始まりだ。当初、逆

流する血液の量は少ないが、増えてくると足の筋肉の働きでは表在静脈にたまる血液の排出がうまくできなくなり、うっ滞することになる。その影響で足がむくんだり、腫れたりすることになる。ぼこぼこは現れることもあり、現れないこともある。

足の異状に気付かず、そのまま治療せずにおくと、こむら返りが起こりやすくなり、皮膚炎になることもある。かゆくなり、皮膚が炎症を起こしたようになるので皮膚科に行く人が多い。皮膚科で塗り薬をもらっても良くならず悪化し、冒頭に紹介したようにひどい状態になってしまう。

### 日帰り手術で、その日から仕事

「皮膚症状がひどくなった患者さんは100人に1、2人とされています。私のクリニックでも初診の患者さんで1週間に1人か2人おられます。足のむくみや腫れくらいと、放っておいたり、どこで診てもらえばいいのか分からないままだったりするからではないか」（坂田院長）

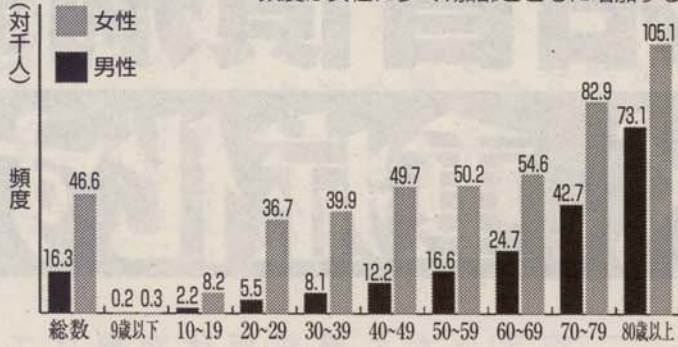
同クリニックは大阪のビジネス街で、繁華街のキタとミナミの中間にある。常に長時間の立ち仕事をする料亭やレストランの厨房長クラスや板前の患者も多い。坂田院長によると、美容的な面から女性が受診することが多いだけに、女性の病気だと思われがちだが、男性にも意外と多いのが現状ではないかという。

厚生労働省の国民生活基礎調査でも、「足のむくみやだるさの頻度」を見ると、男女とも高齢になるに従って多くなるが、男性は60歳を過ぎると急に増えている（130ページのグラフ参照）。静脈瘤は平均で65歳以上の人に多く見られるだけに、男性にも女性同様に発症していることが推察される。また、海外の疫学的な調査でも、静脈瘤のある男女比は同等だったとする報告もある。

「坂前さんのように仕事を熱心にして、少しの足のだるさや腫れを我慢する人が悪化しやすいのです。そういう人が男性に多いので男

**足のむくみやだるさの頻度** (平成19年厚労省国民生活基礎調査)

頻度は女性に多く、加齢とともに増加する



静脈瘤の治療の前には超音波検査で、その状況を正確に把握する必要がある。軽症の場合には、医療用の弾性ストッキングを着用する。足首の方が絞める力が強く、太ももの方に行くに従って弱くなっている。筋肉のポンプ機能をサポートして逆流を減少させる仕組みだ。治療はできないが、進行を抑える効果がある。ただし、医師の指示通りに着用しないと効果がないので、注意が必要だ。市販の美容目的のものは効果を期待できない。

静脈瘤の数が少ないときには、薬を静脈瘤に注射して固めてしまう硬化療法がある。同クリニックで最も多く行っているのはストリッピング術だ。根治療法の一つで、表在静脈の根元を縛って、逆流を起こしている大腿部の表在静脈を膝の内側から抜き取る。下肢の目立った静脈瘤は切除する。静脈を抜き取って大丈夫かと思うが、静脈は網の目のようになっているので、一本の

性患者は潜在化しているの  
でしょう」(坂田院長)  
治療は静脈瘤の種類や重症度、患者の状況によって最適な方法を選ぶことになる。静脈瘤には静脈がぼこぼこに浮き出るタイプと、皮膚表面に青い網の目や赤いクモの巣のように浮き出るタイプがある。  
静脈瘤の治療の前には超音波検査で、その状況を正確に把握する必要がある。軽症の場合には、医療用の

表在静脈がなくなっても周りの静脈がカバーするので、問題はない。  
また、ストリッピング術は入院が必要な医療機関もあるが、同クリニックでは

**最先端のレーザー治療が保険で**

膝の内側から表在静脈にレーザー照射装置の付いた細い管を挿入して、内側からレーザーで焼く日帰り治療も一般的になっている。レーザー治療を主に行っている四谷・血管クリニック(東京都新宿区)の保坂純郎院長によると、これまで保険適用だったレーザー治療は治療後の内出血やしびれや知覚過敏があったが、最新のレーザー装置では、そのような副作用がなくなつたとされる。

麻酔の代わりに神経ブロックで手術をし、切開も小さく、手術時間も半時間程度の日帰り手術だ。その日から仕事を再開する患者もいるという。

険で受けられるのだ。坂田院長によると、術後の患者の表情は一樣に明るくなる。特に女性は足のぼこぼこが恥ずかしくて、これまで着られなかったスカートをはくことができるようになり、生活面でも積極的になるという。快適な生活を送るためにも足のむくみや腫れに気付いたら、早めの検査、治療をしたい。今回は、日本人の4人に1人が胃に病変がないのに胃がもたれるなどの症状を訴える、機能性ディスペプシアについて紹介する。医療ジャーナリスト・渡辺 勉

**下肢静脈瘤予防の6カ条**

- ① ふくらはぎの筋肉を使うようにする
- ② 長時間の立ち仕事では意識的に姿勢を変える
- ③ 太ももや股関節を締め付ける下着は避ける
- ④ 予防用の弾性ストッキングを着用
- ⑤ 就寝時は足先を高く
- ⑥ 肥満にならない