

メモ

.....

.....

.....

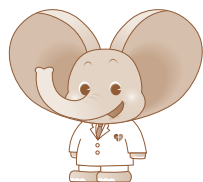
.....

.....

.....

.....

.....



心臓病センター榊原病院

〒700-0804 岡山県岡山市北区中井町2丁目5-1

Tel. 086-225-7111

外来受付時間 [平日] 8:00~11:00 / 13:00~15:00

[土曜] 8:00~10:30

(土曜午後・日曜・祝日は休診)

再来予約専用電話 086-225-3011 (平日14:00~17:00)

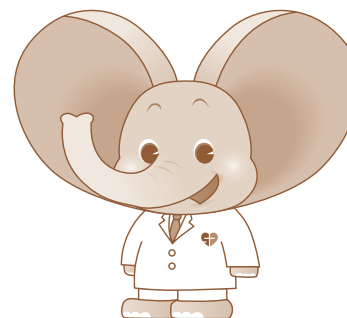
シンゾウちゃんと学ぼう⑤

足の血管の病気

1. へい そく せい 閉塞性
どう みやく こう か しょう 動脈硬化症 (ASO) ... 01

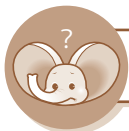
2. か し じょうみやくりゅう 下肢静脈瘤 05

3. そう しょう 創傷
ケアセンター 09



心臓病センター榊原病院

1. 閉塞性動脈硬化症 (ASO)



閉塞性動脈硬化症とは？



動脈内にコレステロールがたまって、血管が狭くなったり（狭窄）、詰まったり（閉塞）することを動脈硬化といいます。動脈硬化が原因で足に血流障害が起きている状態を「閉塞性動脈硬化症」といいます。末梢動脈疾患（PAD：Peripheral Arterial Disease）の1つです。

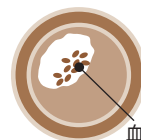


① 正常な血管



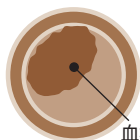
② 狭くなる

血管内にコレステロールなどがたまりはじめます



③ 狭窄

血管内が狭くなり、血流障害が起こります



④ 閉塞

血小板や血栓も付着し、ついには血管が詰まります

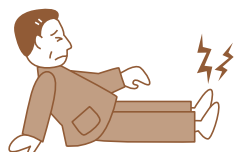
閉塞性動脈硬化症の疑いのある症状



● 足が冷える



● 歩くとふくらはぎが痛くなる



● 寝ているときも足が痛い



● 足の色が悪い
● 傷が治りにくい

進行すると足を切断しなければならなくなるので注意が必要です



どんな検査をするの？



下記の検査があります。

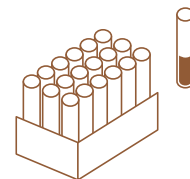
① 問診・触診・聴診

- ・ 医師が質問し、痛みの様子を確認します
- ・ 足の脈を触ります
- ・ 聴診器で音を聞きます
- ・ 足の色や、爪が変形していないかを確認します



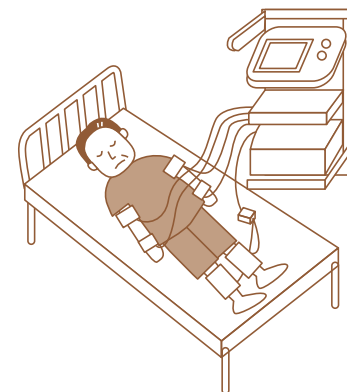
② 血液検査

動脈硬化の原因（糖尿病、高脂血症、腎臓病など）を調べます
※血液検査で動脈硬化になっているかどうかは判断できません



③ 血圧測定

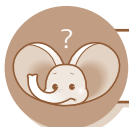
腕と足の血圧を測ります
足の血圧が低いと、狭窄または閉塞の可能性があります
足首血圧 ÷ 上腕の血圧 = 0.9を下回ると閉塞性動脈硬化症の疑いがあります



④ 超音波(エコー)検査

超音波検査で血管の状態を調べます

その他、症状によってCT、MRI検査を行います



どんな治療をするの？



生活習慣の改善から始まり、次の治療があります。

① 禁煙

禁煙が最も重要です

② 糖尿病・血圧・高脂血症のコントロール

動脈硬化の原因のコントロールが重要です

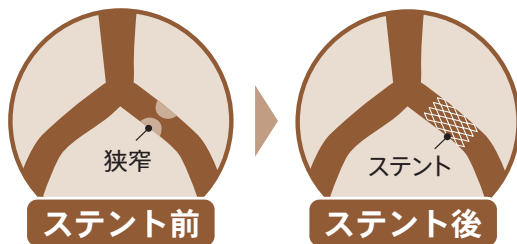
③ 薬物療法

血液をサラサラにし、詰まりにくくする薬を服用します

④ 血管内治療

足の付け根などに2~3mmの小さな穴をあけて行います

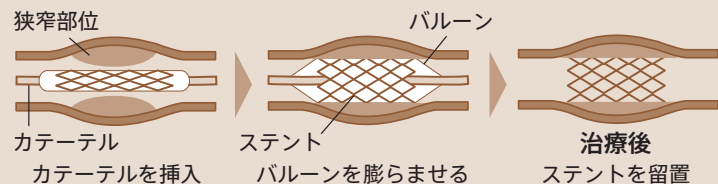
閉塞性
動脈硬化症に
対する
ステント術



狭くなった血管が広がる

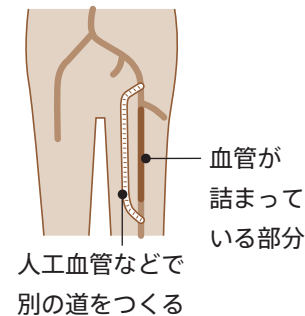
ステント内挿術とは

細い管（カテーテル）を挿入します。先端についている風船（バルーン）をふくらませ、狭くなった血管を押し広げます。部位によっては血管を支える金属製の網目状の筒（ステント）を血管内に留置します



⑤ 外科的治療

自分の静脈（自家静脈）や人工血管を使用し、血管が詰まっている部分の上下に、別の血管をつないで、新しい血液の通り道（バイパス）を作ります



日常生活で気を付けることは？



閉塞性動脈硬化症は生活習慣に大きく関わる病気です。病院での治療だけでなく、自分自身で日常生活を改善することが大切です。

禁煙厳守

たばこは血管にとって悪でしかありません

毎日歩く（歩けない日はよく足を動かす）

狭くなった血管のまわりの血管が発達します

足を冷やさない

寒いと血管が収縮し、血液の循環が悪くなります

栄養バランスの取れた食事を取る

コレステロールや脂肪分は控え、減塩を心がけましょう

水分を多く取る

不足すると血液がドロドロになり、詰まりやすくなります

不規則な生活を避け、ストレスをなくす

興奮すると血液が固まりやすく、ストレスは過食・過度の飲酒・喫煙などにつながるため良くありません

2. 下肢静脈瘤

下肢静脈瘤とは？

足の静脈には弁がついています。弁が壊れると血液の逆流が起こり、静脈内に血液が貯まってコブができます。これが下肢静脈瘤です。

症状は？

このような症状が起こります。



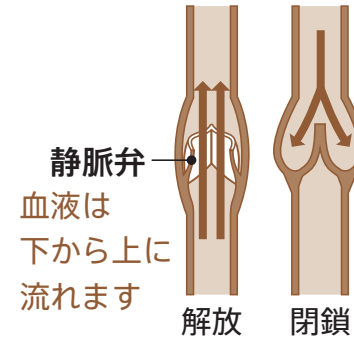
どんな人ができやすいの？

- 【性別】女性の頻度が高いです
- 【年齢】加齢とともに増加します 妊娠・出産がきっかけで発病することが多いです
- 【仕事】立ち仕事の方に多く、進行しやすいです
- 【遺伝】家族に静脈瘤のある方に起こりやすいです

原因は？

静脈弁があることで、血液は下から上へ一方通行に流れます。弁が正常に働かないと血液が逆流し、足の下の方に血液が溜まり、静脈が膨れて静脈瘤ができます。

静脈弁のはたらき



静脈瘤のできかた



検査方法は？

視診・触診による診断をより確実にするために下記の検査を行います。下肢静脈瘤は一旦発症すると治りにくく、加齢とともに症状は進行・悪化するため早めの予防と治療が大切です。

① ドプラ検査

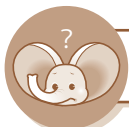
皮膚の上から超音波をあて、血液の逆流を調べます。
簡単で痛みはありません

② 超音波検査（カラードプラ検査）

超音波をあて、血管の大きさや走行・逆流の有無を観察します。簡単で痛みはありません

③ 空気容積脈波

どの程度、血液が逆流しているかを調べます



治療法は？



症状や病者さまの希望によって、さまざまな治療法があります。

① 弾性ストッキング

医療用ストッキングで、足に適度な圧力を与え、血液が溜まるのを予防。症状によってサイズや仕様を選びます

※現状維持が目的で、下肢静脈瘤そのものが治るわけではありません。



メリット ・低価格 ・履くだけでよい

デメリット ・保険がきかない ・履いている間しか
・夏は蒸し暑い ・効き目がない

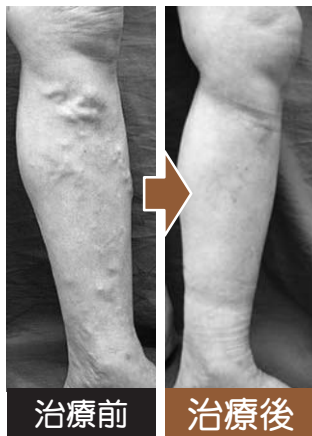
② 血管内レーザー治療

径の細いレーザーファイバーを血管内に挿入して静脈瘤を閉塞させたり、静脈瘤のある部分に照射します



メリット

- ・当院は1泊入院で施行します
- ・手術部位は傷跡が小さい
- ・術後の痛みや出血が少ない



その他の治療として硬化療法、結紮術、ストリッピング手術があります

病者さまの病状により最も良い方法をご提案します



日常生活で気を付けることは？



静脈瘤の症状を改善するために、以下の点に注意しましょう。

日中

長時間の連続した立ち仕事などは避け、1時間に5～10分は足を心臓より高くして休息。休息がとれない場合は足踏みをしたり、歩き回ると血流がよくなります

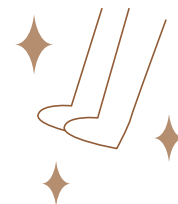


夜間

クッションなどを使用し、足を高くして寝ます

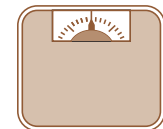
ささいな掻き傷・虫刺され

色素沈着・下腿潰瘍の原因になるため、足を清潔にし、外傷を防ぐ。水虫に注意。妊娠時は特に足のケアが大切です

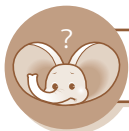


その他

体重のコントロールによって症状が改善する場合があります。適正体重の維持を心がけましょう



3. 創傷ケアセンター



創傷ケアセンターとは？



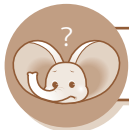
「足の傷がなかなか治らない」「ちょっとした傷なので大丈夫と思っていたら次第に悪化してきた」そのような傷を慢性創傷あるいは潰瘍、壊疽などと呼んでいます。『創傷ケアセンター』は慢性の足の傷を治療する専門外来です。

対象部位

- 膝より下の下肢潰瘍を
中心に治療いたします
- 難治性の傷、潰瘍

治療目的

- 創の早期治療
- 下肢切断の回避



どんな状態だと注意が必要？



早期発見・早期治療が大切です。早期は痛みがなく（痛みが出てからは進行期です）治療の時期が遅れば、足を切りおとさなければならなくなります。微小病変（小さい傷）は専門医でなければ診断は困難です。早期発見は病客さまの‘ひょっとして’という受診の動機が大切です。

このような足をみたら要注意

専門医の診察をおすすめします

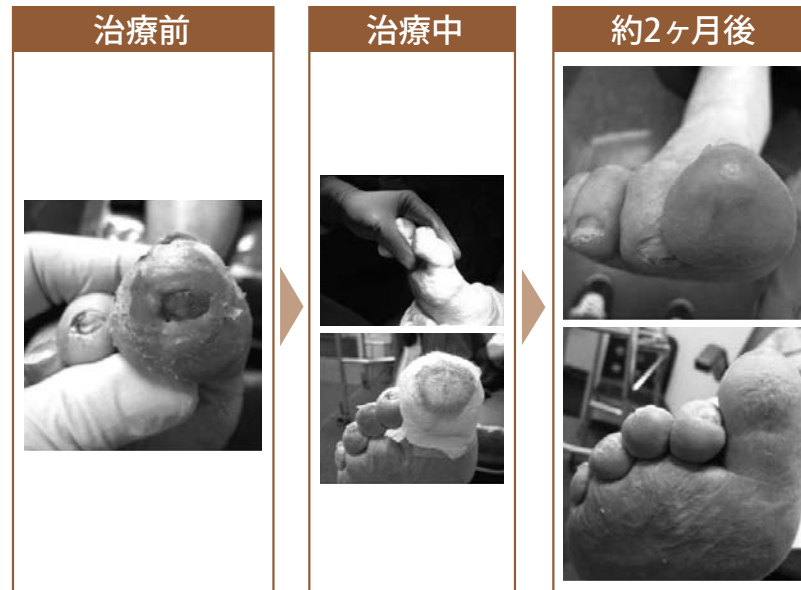


治療法は？

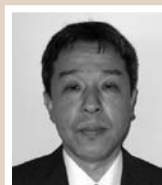


外来にて短期間（14週間）集中的に治療管理します。確立された創傷治療の専門プログラムを行います。

早期なら切らずに治ります



老化防止には歩くことが重要です
歩くことができる足を維持することが目的です



センター長 石田 敦久

外来担当日及び受付時間

〔水曜〕創傷ケアセンター………13時～15時

※創傷ケアセンターは予約制です

〔木曜〕末梢血管専門外来………8時～11時

下肢静脈瘤・レーザー…13時～15時

創傷ケアセンターの
ご予約・お問い合わせ先 **086-225-7111** 保健師が
担当します