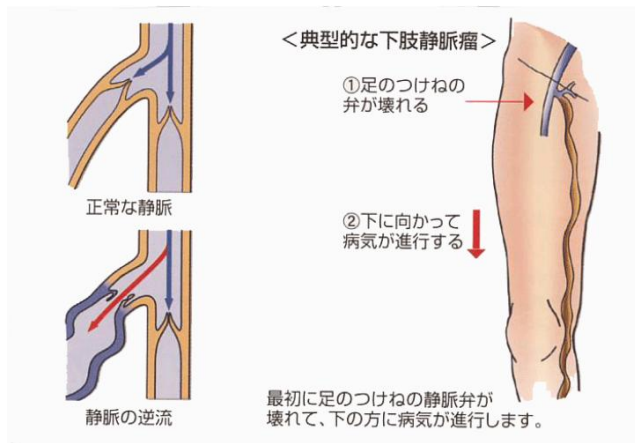


## 足の血管がこんなふうになっていませんか？



足がこのようになっている方は意外と多いです。

これらはみな、「静脈瘤（じょうみゃくりゅう）」という病気です。



心臓から「動脈」という血管を通して足先まで流れ着いた血液は、「静脈」という血管を通り心臓へと帰ります。

この時、血液は足から心臓へ、下から上へ重力に逆らって流れていきます。

そこで、静脈には「静脈弁」とよばれる一方通行に開く扉がついており、血液が逆流しないようになっています。

ところが、妊娠や立ち仕事などにより静脈弁がこわれてしまうと、血液が逆もどりしてしまい、血液はいつまでも足の静脈の中を行ったり来たりしてしまいます。

### 静脈の弁が壊れてしまう原因

#### 妊娠

血液の量が増えて、血管がパンパンになる。  
赤ちゃんが母体の静脈を圧迫する。

#### 立ち仕事

重力で血液が下に落ちる。  
あまり歩かないと第2の心臓（足）が働かない。

#### ケガ

静脈弁が打撲などにより壊れてしまう。

#### 病気

静脈に血のかたまりができてしまう病気など。

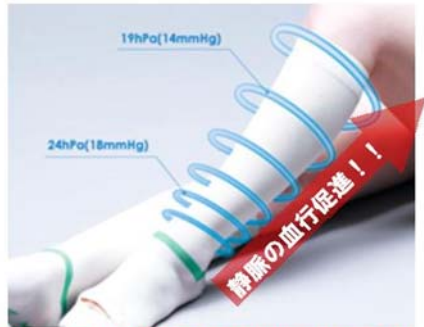
軽いものでは狭い範囲に毛細血管が浮き立ったように見えるだけですが、重症になると一目でそれとわかる

ほどボコボコと膨れてしまいます。

血液の流れが渋滞しますので、足がむくみます。老廃物が足にたまりますので、足のだるさ、足がつる、足の皮膚黒ずんだり、カサカサしてかゆくなります。

静脈瘤そのものは**命にかかわる病気ではありません**。ただし、治療をしなければ、むくみやだるさなどの症状ははなくなりませんし、仮に自覚症状がなくてもいずれ年齢とともに症状がでてきます。

## 第1歩は弾性ストッキング。



※ **ただし、根本的な治療ではありません。**  
**症状の緩和と進行を遅らせることが目的です。**

治療方法としては、「弾性ストッキング」という、足を圧迫することで渋滞した血液の流れを改善する方法があります。これはマヨネーズを出すときにチューブを押して出すのと同じ原理です。

しかし、これはストッキングをはいている時だけ血液の流れが良くなるだけなので、ストッキングを脱いでしまえば血の流れは再び渋滞してしまいます。

自覚症状がなく、見た目だけが問題の、赤や青の糸ミミズのような静脈瘤は、血管の中に「硬化剤」というお薬を注入して血管見えなくさせてしまう「硬化療法」が日帰りできます。

だるさやむくみ、足がつるなどの自覚症状のある方は、**手術（非常に簡単で、術後の痛みはほとんどありません）**をおすすめします。

静脈瘤は感じ方に個人差がありますので、疑問や不安を感じたらこちらの外来へお気軽にご相談ください。