

あなたの脚 大丈夫ですか

vol.1

知っていますか「下肢静脈瘤」

むくみやこぶ、放置すると危険

脚の静脈に「こぶこぶ」が浮いてきた、網の目やクモの巣のような静脈が目立ってきた。そのため「醜くてスカートがはけない」「恥ずかしいので温泉に行きたくない」などに見た目を気にしている女性がたくさんいます。「夕方になると脚がだるくなる」「仕事から帰るとむくみが強くなる」「夜中に脚がこる」といった症状で悩んでいる方も多くいます。無症状の方もいますが、皮膚炎が出てお薬を塗っても治らない、皮膚が黒ずんできた、炎症が起こって痛い、など様々な合併症を来すこともあります。

それは「下肢静脈瘤」による症状かも知れません。今回から身近な病気である下肢静脈瘤について、わかりやすく解説します。

血液は心臓のポンプ作用で動脈を通して全身の隅々まで送られます。酸素や栄養を使った後の血液を心臓に戻すための血管が静脈です。地球上のすべてのものは重力の影響を受け、下へ下へと落ちようとしています。血液も例外ではありません。人間は大昔に立ち上がり「二足歩行」になりました。そうすると、脚の

静脈血は重力に逆らって心臓に戻らなければなりません。その動力となるのが下腿筋の収縮によるポンプ作用です。それゆえ下腿筋は「第二の心臓」とも呼ばれています。

しかし、下腿筋のポンプでもみ上げても、脚を休めたときにもまた血液は戻ってきます。それを防ぐのが「静脈弁」の働きです。つまり、下腿筋のポンプ作用と静脈弁の「協調作用」で脚の血液が心臓へと戻っていくのです。

脚の表面に近い静脈（表在静脈）にも弁は存在します。その弁がきちんと閉じて働くことで、静脈血がスムーズに心臓に戻ることができます。しかし、その弁が壊れて血液が逆流し、静脈の表面がこぶのように膨らみ、蛇行してく

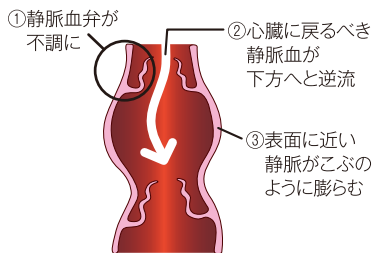
るのが下肢静脈瘤です（図）。下肢静脈瘤は、妊娠や出産を受

機に発症し、女性に多く見られる病気です。また、生活習慣との関連もあり、美容師、調理師、教員、看護師など立ち仕事の多い職業の方がかかりやすく、男性にも発症します。

冒頭のように外観上の問題で生活の質が損なわれ、自覚症状としても、だるさやむくみ、こむら返りなどが起こります。さらに皮膚炎（かゆみ）や色素沈着、皮膚潰瘍など脚の皮膚に合併症を来すこともあります。まれではありますが、「深部静脈血栓症」や、いわゆる「エコノミークラス症候群」など生命に関わる重大な合併症を生じる可能性もあるといわれています。

脚の静脈が目立つ、むくみやこむら返りがあるなどの悩みをお持ちの方は、下肢静脈瘤を専門とする医療機関を受診することをお勧めします。

下肢静脈瘤の仕組み



辻クリニック院長 辻 和宏

1986年愛媛大学医学部卒。岡山大学第二外科、屋島総合病院外科を経て2007年に医療法人社団仁会辻クリニック（高松市林町）開設。下肢静脈瘤日帰り治療、末梢動脈疾患など血管外科を中心に診療。医学博士。外科専門医、循環器専門医。