

# あなたの脚 大丈夫ですか

vol.7

## 下肢静脈瘤の保存的治療

### 弾性ストッキングは相談の上で

脚の静脈の弁が壊れて起る下肢静脈瘤。脚のたるさやむくみ、こむら返りなどが起こり、ひどくなると皮膚炎や色素沈着を起こし、皮膚潰瘍になることもあります。

これらは、脚に血液がたまる「うっ血」によるものです。下肢静脈瘤の治療の目的は、うっ血をなくして脚の循環障害を改善することです。ストリッピング手術や血管内レーザー治療などは、うっ血をなくす根本的な治療ですが、今回は、手術ではなく保存的に治療を行う弾性ストッキングについてお話します。

脚の循環を改善してたるさやむくみなどを軽くする治療法（保存的治療）の一つに「圧迫療法」があります。

圧迫する方法には、弾性ストッキング、弾性包帯、空気カフを膨らませることによる間欠的空気圧迫法などがあります。このうち弾性包帯は、弾力、伸縮性のある包帯を脚に巻くのですが、圧迫圧がその都度一定でなく、自分自身で巻くのは困難です。空気圧迫法は、機械が必要で動き回る仕事に行うのは非現実的です。

一方、弾性ストッキングは、

足首での圧が最も強く、上に行くほど圧が弱くなるように設計されており、履くだけで自動的に血液が心臓に向かって流れるようになっています。「もみあげ効果」といい、立ち仕事や座りっぱなしの時も、たるさやむくみを軽減できます。

弾性ストッキングには、ハイソックス、ストッキング、パンティーストッキングの3種類があります(図)。ストリッピング手術や大腿部の硬化療法などの大腿部を圧迫する必要がある場合には、基本的にはハイソックスタイプがいいでしょう。脚のうっ血を軽くするためには履き続けることが重要なので、ご自身の好みで決めるのもいいと思われます。

サイズは足首、ふくらはぎの周径を計測します。装着する前には下肢超音波検査などで脚のうっ血状態や動脈血行



弾性ストッキングの着用により膨らんでくる静脈瘤を外から押さえる

障害の有無などを確認しておくことも大切です。

弾性ストッキングは正しく使えば効果的ですが、誤った選び方や履き方などでかえって症状が悪化したり、重大な合併症を来したりすることがあります。トラブルとしては、皮膚のかぶれ、ずり落ちる、しわになって圧が変わってしまう、そして動脈が閉塞している場合には、圧迫することで脚の血流障害が起こり、壊死に陥ることもあります。

それらを解決するのが弾性ストッキング・コンダクターです。学会が認定した資格で、ストッキングの種類やサイズの決定、着脱の指導、そして着用後の相談、状態の確認などを行います(写真)。

下肢静脈瘤の有無にかかわらず、弾性ストッキングの着用を希望される方は、専門のコンダクターに相談し、適切な指導を受けましょう。



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和社会クリニック(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。