

わかる！ なっとく！！

“あし”の

静脈瘤は

手術した方が

いいんですか



改訂第2版

“あし”の静脈瘤は

治療した方がいいんですよ



広島通信病院 院長

杉山 悟 著



この本は、三年前に出版した「あしの静脈瘤は手術した方がいいんですか？」の新版（改訂増補版）です。この三年の間にまた多くの方々の静脈瘤を治療してきて、あらためて、やっぱり「あしの静脈瘤は治療した方がいいんですよ」と思うようになったので、文章を推敲するとともに、少し加筆してみました。写真や図解も少し増えています。

足の健康は若さのバロメーターです。年配の方でも旅行が好きで歩くのが趣味の方は若々しいですね。でも、歩くのが健康に良いと言っても、長時間歩き続けると膝が痛くなるので、そう長くは歩けないとおっしゃる方も多いと思います。そして、ふと足をよく見たら、年とともに静脈が浮き上がって見えるようになって、気になってきたという方も多いと思います。これはあしの静脈瘤ですね。このような場合、静脈瘤と膝の痛みは関係があるのでしょうか？

答えは「はい」です。実はあしの静脈瘤と膝の痛みは大いに関係があります。あしの静脈瘤は膝の痛みを抱えておられる方にとって、大きな負担になっていることが多いのです。これについては、本文第2章の44頁に詳しく説明してありますから、膝が痛い方はぜひご自分の状況に照らしながら、よくお読みただければと思います。

さて、あしの静脈瘤は女性の四人に一人は持っているという、とても頻度の高い疾患です。疾患と言うよりも、普通の現象と言った方がいかもしれません。五〇歳を越えたらほとんどの方が、小さな赤い静脈瘤を持っていることでしょう。もちろん全員が治療対象となるわけではありません。でも、静脈瘤が原因で足の筋肉に負担がかかって、こむら返りなどの症状が頻繁に起こることも多く、美容上の問題も含めて、とくに女性にとっては関心の高い疾患であることは間違いありません。

近年、あしの静脈瘤に対する新しい血管内治療機器が次々に認可され、これまでよりも痛みの少ない治療ができるようになりました。従来の「手術は痛いものだ」という常識は覆されたのです。そして私のところにも、あしの静脈瘤に関する患者さんの問い合わせがとて多くなりました。

毎日多くの下肢静脈瘤の患者さんに会い、診察や検査・治療をしています
が、外来診療していると、よく患者さんから

「私のいまの状態は手術をした方がいいんですか？」

という質問をされることがあります。その日初めて会った患者さんが手術をすべきかどうかという問題に対して即座に判断しなければいけないわけですから、けっこう難しい質問です。そして、その難しい質問に答えながらいつも考えることがあります。

“あし”の静脈瘤は手術した方がいいんですか？ 改訂第2版

あしの静脈瘤の患者さんが手術を受けるべきかどうかという質問に答えるために、病気の成り立ちから治療までいろいろ説明してあげたいのですが、ゆっくり話す時間がないのです。日常の限られた診療時間内に、患者さん一人一人に多くの話をする時間は到底取れないというのが現状です。「もっともっといろいろな質問に答えたい」と思うのですが、なかなかそうはいきません。

「それなら、自分の考えていることを、文章にして読んでもらおう」「診察室に入る前に予習として読んで、説明の後に聞き漏らしたことをあとで詳しく読んでほしい」と思い、この本を書き始めました。

内容は、外来での患者さんとのやり取りが中心になっているので、診察室に入ってきたつもりで読んでください。「あしの静脈瘤は手術した方がいいのか？」という質問にいろいろな方向から答えていますので、多くの疑問が解けるはずです。治療をする決まがついたり、手術を考え直したり、人に治療を勧めたり、いろいろ判断するのに役立つことでしょう。

普段の外来では時間の関係で説明しきれないことも、できるだけたくさん、そして、できるだけわかりやすく書いていますので、外来でお話していることの一〇倍以上の分量があります。診察室では、あまり訊けない根本的な質問や素朴な疑問も解けるように説明しているつもりです。どうか、ご自分の症状と照らし合わせながらお読みください。

そしてまたこの本では、下肢静脈瘤の治療にあたって私がどんな思いを込めているかということまで、知っていたいただきたいと思っっています。あしの静脈診療から見えてくる健康への思い、人生観なども含めて常々思っていることも書いてみます。

ぜひ、この本を読んで、「あしの静脈瘤の治療を受けて、若返ろっ」と思っただけければ嬉しい限りです。

二〇一八年 初夏

杉山 悟

“あし”の静脈瘤は手術した方がいいんですか？ 改訂第2版

第1章 ■ 下肢静脈瘤って なに？

- ▼ あしの静脈が浮いてきた——これが下肢静脈瘤？……………12
- ▼ 静脈瘤は弁の異常？——静脈の構造について……………14
- ▼ 静脈瘤のある足がむくむのは、なぜ？……………16
- ▼ 静脈瘤になりやすいって、どんな人？……………18
- ▼ 放っておいたらどうなるの？……………21
- ▼ 下肢静脈瘤を治療した方がいいのは、どんな場合でしょう？……………26
- ▼ まちがった「常識」「報道」——深部静脈血栓症・肺血栓症の話……………27
- ▼ 下肢静脈瘤を治療するのは何のため？……………29

第2章 ■ 下肢静脈瘤の症状って どんなの？

- ▼ 足が疲れやすい……………34
- ▼ 見た目が悪い……………36
- ▼ 立っていると足が棒になる・足が腫れる……………37
- ▼ こむらがり(足がつる)……………39

第3章 ■ 下肢静脈瘤の検査って なにするの？

- ▼ かゆい..... 41
- ▼ 熱感がある・冷え症である..... 42
- ▼ 生理のときに痛い..... 43
- ▼ 膝が痛い・腰が痛い..... 44
- ▼ なんとなく違和感がある..... 46
- ▼ とくに症状がない方..... 47
- ▼ 血栓が詰まるのが心配・突然死すると言われたので心配..... 48
- ▼ 急に静脈瘤のところが硬くなって押さえると痛くなった..... 49
- ▼ 血管に沿ってチクチク痛む・静脈瘤が破れて出血しないか心配..... 50
- ▼ 肌の色が茶色に変色してきた..... 51
- ▼ 傷ができて治りが悪い..... 52

- ① 超音波検査..... 54
- ② 今はほとんど行われない静脈造影..... 56
- ③ 空気容積脈波検査（APG）..... 57

コラム

医療難民を救え！ 60

第4章 ■ 下肢静脈瘤の治療って どうするの？

- ① 弾性ストッキング 63
- ② 硬化療法（注射療法） 64
- ③ 血管内治療 66
- ▼ 最新の治療——二〇一四年に時代が変わった 68
- ④ 手術療法 70
- ▼ 下肢静脈瘤の治療プラン 71
- ▼ 治療全体の流れ 73
- ▼ 治療の合併症 75

コラム

「手術っていうだけで怖い」 78

第5章 ■ 下肢静脈瘤の治療 素朴な疑問あれこれ

- ▼ 手術で静脈がなくなったら血はどこに行くの？ 80
- ▼ 弾性ストッキングはずっと穿いてる方がいいの？ 81
- ▼ 治療したら、仕事は？ 運動は？ お風呂は？ 84

- ▼ 治療の値段は？……………85
- ▼ 足が赤くなる・足が腫れる——静脈瘤以外の病気は？……………86

第6章 ■あしの静脈瘤は治療した方がいいですよ

- ▼ 「血の巡りがよくなる」ということ……………90
- ▼ 「あしの静脈瘤は治療した方がいいですよ」……………91
- ▼ 静脈瘤の治療をすると、どう変わりますか？……………92
- ▼ 「手術」という言葉と「治療」という言葉……………93
- ▼ 女性の一生と静脈瘤との戦い……………94
- ▼ 七〇歳は治療適齢期です——もう年だから治療しなくていいってことはありません……………95
- ▼ きれいで健康な足が笑顔を作る……………96
- ▼ 楽しい人生を送るために……………97

コラム

- 夢が現実になった！……………100

第7章 ■ あしの静脈瘤は予防できる？

Q 1 静脈瘤は治療をしても、またなるんですか？

Q 2 静脈瘤を予防する方法はありますか？

Q 3 妊娠中は弾性ストッキングが勧められますか？

Q 4 静脈瘤が再発したらどうすればいいですか？

Q 5 足を揉む健康法は正しい？——むくんだ足の治療法

コラム

冥利につぎる

108

あとがき

109