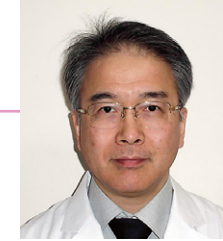


## “足の血管”気になりませんか？

聖隷佐倉市民病院 血管外科 部長 金岡 健



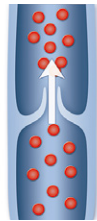
薄着になることが多いこの時期、足の血管が気になる方はいらっしゃいませんか。下肢の静脈瘤【写真①】は女性の25%、男性の15%にみられる比較的多い病気です。

静脈瘤とは、静脈が慢性的に高い圧にさらされて瘤（こぶ）の様に壊れてしまった状態です。要するに下肢静脈の高血圧です。正常な足の静脈【図①】では筋肉運動による汲み上げと多数の逆流防止弁の働きで圧は低く保たれています。ところが何らかの原因で弁が壊れて逆流【図②】したり、あるいは稀に（下肢の中心を走る太い）深部静脈に血栓ができるなどして血流が妨げられたりすると静脈高血圧となります。最初のうちは足のむくみ、熱感、かゆみなどがみられ、とくに長時間の立位後や夕方に症状が強くなります。夜間のこむら返りもしばしばみられます。表面の静脈がだんだん太く曲がりくねって静脈瘤となり、さらに進行すると皮膚が硬くなって痛みを伴ったり褐色の色素沈着【写真②】が見られるようになります。潰瘍【写真③】ができることもあります。

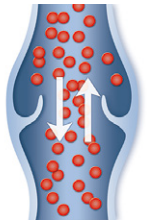
診断には超音波検査が有効です。静脈瘤の程度を評価するとともに深部静脈血栓症など他の病気が



写真①  
下肢静脈瘤



図①  
正常な静脈弁



図②  
壊れた静脈弁



写真②  
色素沈着



写真③  
潰瘍の発生

隠れていないか確認してから治療法を検討します。

症状が軽い場合は静脈圧を下げるために、体重の減量、便通コントロール、長時間の立位や足を下した姿勢を避ける、弾性ストッキングを着用して適度な運動をするなど日常生活の改善で対処します。塩分摂取を控えめにする 것도大切です。さらに進行して色素沈着や潰瘍まで悪化すると跡が残りますので、その場合は早めの治療が必要です。静脈瘤が細く狭い範囲であれば注射で治療する硬化療法がおこなわれます。大腿の内側や膝の裏にみられる太い静脈瘤に対しては、深部静脈に問題の無いことを確認してから手術治療が行われます。ソケイ部（太腿の付け根）や膝裏に小さな切開をしておいて静脈瘤の根元を縛る方法（高位結紮術）、大腿の静脈瘤にカテーテルを通してレーザーや高周波電流による熱で癒着化する方法、あるいはワイヤーを通して抜去する方法などがあります。静脈を抜去しても大丈夫かとよく質問を受けますが、残される深部静脈に問題の無いことを確認しておけば心配はありません。かえって、壊れてしまった静脈瘤を放置すると皮膚炎や潰瘍が悪化します。一方、深部静脈に血栓などが見つかった場合は、手術は行わず弾性ストッキングや包帯で様子を見ることになります。また、美容上の観点から手術を希望される場合は、医師と相談して治療の効果と合併症との兼ね合いで治療法を決定すべきでしょう。

最後に、単純な下肢静脈瘤に深部静脈血栓症が合併する確率はせいぜい2%程度であり心配する必要はありませんが、ソケイ部や膝裏で血栓性静脈炎を併発している場合は深部静脈血栓症や肺塞栓症を合併する可能性が若干高くなるといわれているため注意が必要です。心配な方はどうぞお気軽にご相談ください。

## 『認定看護師』の資格をもつ『特定看護師』が誕生しました

聖隷佐倉市民病院 糖尿病看護認定看護師 特定看護師 高橋 弥生

今年4月より、糖尿病看護認定看護師の資格をもつ特定看護師として、当院に通院、入院中の患者さんに対し医療・看護を提供しています。特定看護師とは、加速する少子超高齢社会にむけて、様々な場で安心して安全かつ効果的な医療・看護を提供するために、2015年10月に法制化された「特定行為に係る看護師の研修制度」の研修を修了した看護師のことで、医師の判断を待たずに一定の診療の補助を行うことができます。

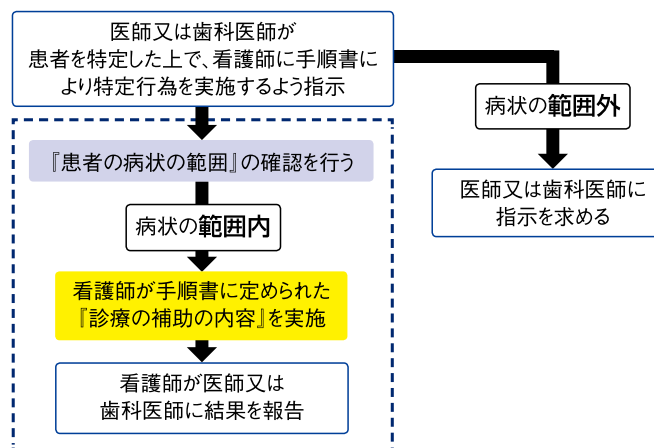
そして、認定看護師とは、特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を用いて、水準の高い看護が実践できる、日本看護協会が認定した看護師のことを指します。

現在私は、慢性疾患管理についての特定行為研修を修了し、以下の3つの診療の補助を行っています。

- 糖尿病患者さんの血糖値が改善されるための薬剤の調整
- 脱水状態の患者さんへの点滴管理
- 栄養状態が不十分な患者さんへの高カロリー輸液の管理

今後は、糖尿病看護認定看護師としての経験と特定看護師としての知識を活かし、病気とうまく付き合いながら自分らしくより健康的な生活が送れるよう、地域と病院の垣根を越えて医療・看護を提供していきたいと思っています。

### 制度の対象となる場合の診療の補助行為実施の流れ



参考：厚生労働省ホームページ

URL

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000070423.html>

聖隷佐倉市民病院

## 『8月・9月のイベント情報』



※駐車場有料(¥100/8時間まで)

### ロビーコンサートを開催します

今回は、高千尾 純 様(ピアノ)と瀧澤 行則 様(俳優※歌・ダンス)が、皆さまにすてきなステージをお届けします。

入場無料。どなた様もご参加頂けます。皆さまのご来場をお待ちしております。

●日時：8月12日(土)14:00～15:00 ●場所：1階ロビー

●お問い合わせ：☎043-486-1151(代) 総合企画室

### ☆ロビーコンサートがバージョンアップしました☆

病院開設時より開催しているロビーコンサートも回数を重ね、多く方にご来場頂き、さまざまなアーティストの方にご参加頂いております。最近では、プロジェクター投影やイスの配置など会場環境にも力を入れており、耳(音楽)と目(照明)から楽しんでもらえるよう、演出をしています。さらにより良いステージを皆さまにお届けできるよう、力を入れていきたいと思っておりますので、是非お気軽にご参加ください!



### アイアイフェア2017を開催します

10月10日の『目の愛護デー』にちなみ、当院の眼科 医長 小野田 康孝医師による『白内障』の講演と、簡易視野検査や疑似体験(白内障・緑内障など)、めがねのクリーニングなどを行います。

参加無料・事前の申込が必要となります。

年に一度、ご自分の大切な“目”について、一緒に考えてみませんか?皆さまのご来場をお待ちしております。

眼科 医長 小野田 康孝

白内障とは、光を集めてピントを合わせるといったカメラのレンズのような働きをする水晶体が白く濁って視力が低下する病気です。原因はさまざまですが、年齢に伴うものが多く、早ければ40歳から発症し、80歳を超えるとほとんどの人が白内障の状態にあると言われています。

白内障は薬を使用することである程度の進行の抑制をすることは可能ですが、現状では薬で濁りを治す事はできません。そのため濁った水晶体を取り出し、新たに眼内レンズを挿入する方法が一般的に行われています。

今回は、白内障についての大切なお話しをしたいと思いますので、本講座を通じて白内障という病気の理解に少しでもお役に立てれば幸いです。

●日時：9月30日(土)13:30～15:30(開場13:00)

(①講演 13:30～ ②無料体験 14:15～)

●場所：①6階ホール ②1階ロビー

●内容：

①講演『白内障についての大切なお話』講師：眼科 医長 小野田 康孝

②無料体験 {・眼圧検査・疑似体験(白内障・緑内障など)  
・簡易視野検査・めがねのクリーニング 等}

●定員：先着80名 ●参加費：無料

●お問い合わせ・申込：☎043-486-1151(代) 総合企画室

☆受付時間：9:00～17:00(土日祝除く)

☆申込締切：9月22日(金)※定員に達し次第終了