



医療法人 厚生堂

長崎病院

広報誌

2023.9

vol.

130

# むくみ

## 当院の理念

私たちは良質で安心な医療の提供により、患者様や家族の皆様との信頼を築き、常に「思いやりの医療」を念頭に、地域社会に貢献します。

### 目次

深部静脈血栓症……………	1	旬の食材を使ったレシピの紹介……………	3
頸動脈超音波検査について……………	2	お知らせ……………	4

## 深部静脈血栓症

内科医師 住田 公昭

エコノミークラス症候群という言葉を知っていますか？  
健康な若い女性が、オーストラリアから英国に飛行機旅行の直後に肺塞栓で亡くなったことから、エコノミークラス症候群と呼ばれ、話題になりました。

エコノミークラス症候群は、飛行機旅行に限らず、長時間移動するバスや車でも起こります。このエコノミークラス症候群の原因の一つが、深部静脈血栓症です。

今回は、深部静脈血栓症についてお話したいと思います。

### ① 深部静脈血栓症とは

深部静脈血栓症は、何らかの原因で主に下肢（ふくらはぎや大腿部）や骨盤の静脈に血液のうっ滞が起こり、さらに血が固まり、血栓ができます。血栓が大きくなり、血管が詰まる病気です。稀ですが、上肢に起こることがあります。

### ② どういう人に起こりやすいか

長期安静臥床している人、足・骨盤の骨折術後の人、大きな外科的手術を行った人、長時間の車や飛行機搭乗している人、癌患者、妊娠中や産褥期などに起こりやすいと言われています。

### ③ 深部静脈血栓症の頻度は

静脈血栓症の頻度は、欧米の調査では、人口千人当たり年間1.2～1.8人と言われています。わが国では、はっきりとしたデータは、ありません。年間1万人程度とされていますが、実際にはもっと多いと言われています。

### ④ 深部静脈血栓症の症状は

下肢の腫れ（片方にみられることが多い）、疼痛、皮膚の色調の変化などです。皮膚の色は、赤黒く腫れたり、進行すると茶色に変色したりします。急激に起こると、上記のようになりますが、ゆっくりと進むと、むくみや下肢のだるさなどしか出ないことがあります。深部静脈に血栓ができると、肺に飛ぶことがあります。これが、肺塞栓症です。肺塞栓症の症状は、息切れ、胸の痛み、動悸、冷汗、咳、血痰などです。肺塞栓症は、重篤な病気です。突然死の原因にもなります。

### ⑤ 深部静脈血栓症の診断は

足の症状から疑い、血液検査では、Dダイマーを測定し

ます。さらに足の超音波検査で診断します。造影CT検査やMRIをすることもあります。

### ⑥ 深部静脈血栓症の治療は

治療の基本は、薬物療法です。血液をサラサラにする抗凝固薬を投与します。以前はワーファリンを使用していましたが、現在副作用の少ない経口直接Xa阻害薬（DOAC）を使用しています。DOACの副作用には、脳出血、消化管出血、鼻出血などがあります。血液をサラサラにするお薬は、大きく分けて2種類あります。1つ目は、心筋梗塞や狭心症、動脈硬化が原因で起こる脳梗塞で使われるサラサラにするお薬、抗血小板薬です。2つ目は、抗凝固薬です。抗凝固薬は、深部静脈血栓症に使われますが、それよりも心房細動という不整脈の脳梗塞予防に使われるほうが、はるかに多く用いられます。血液をサラサラにするお薬は病気によって使い分けが、必要です。間違っていると効果がありません。また抗血小板薬と抗凝固薬どちらも必要となってくる場合があります。その場合副作用の出血がさらに多く認めます。2剤をどのように使うかは、ある程度決まっています。主治医に任せましょう。

皮膚の疼痛に対して、鎮痛薬を使用する場合があります。鎮痛薬の中で非ステロイド系抗炎症薬（NSAID）は、強い効果があります。しかしNSAID（ロキソニン、ボルタレンなど）は、抗血小板作用があり、出血リスクを増大させ、できる限り避けなければなりません。

下肢のむくみや疼痛に対して、弾性ストッキングや弾性包帯を巻く圧迫療法があります。圧迫療法を深部静脈血栓症の超急性期に使用すると、逆に血栓が飛び、肺梗塞を起こす危険性があります。慎重に適応を考えないといけません。

深部静脈血栓症にならない為には、予防が一番大切です。なりやすい人を素早くみきわめ、特に入院手術した後は、速やかにリハビリをしましょう。特に歩行は、足のポンプ機能を活性化して、静脈のうっ血を防ぎます。寝たきりの人は、足の挙上も有効的な方法です。

皆さんもいつの間にか、深部静脈血栓症になることがあるかもしれません。気をつけましょう。

