



脚の血管が浮き出ているのが気になっていましたが、最近になって脚が重く痛みを感じるようになりました。寝ているときに、こむらがえりが起こることもあります。一度、病院に行ったほうがいいでしょうか？

(広島県 39歳 女性)

**脚の血管が
浮き出て、重く痛い。
就寝時に
こむらがえりも**

[血管外科]



下肢静脈瘤が疑われる。放置すると悪化することもあるので、専門医の受診を

相談内容から、下肢静脈瘤が疑われます。下肢静脈瘤とは、脚表面の静脈の弁が壊れることで、血液が静脈内にたまりやすくなり、血管が拡張し表面に浮き出てくる病気です。日本では、1000〜2000万人に下肢静脈瘤があるといわれています。

原因としては、立ち仕事や、遺

伝的要素、女性では妊娠・出産が考えられます。また肥満なども静脈瘤を悪くする要因の一つです。

通常はゆっくりと経過し、無症状のこともあります。脚のたるみ、むくみ、痛み、かゆみ、脚つれ（こむらがえり）などの症状を伴うことも少なくありません。また、血管がぼこぼこ浮き出ている場合、こぶ状の血管が目立つのを気にする患者さんも多くいます。

放置していると、なかには進行してしまい皮膚炎、皮膚硬化を起こし、難治性皮膚潰瘍などを併発することがあります。また静脈内に血栓をつくり、血栓性静脈炎などを起こす可能性もあります。さらにまれなケースですが、静脈瘤内にできた血栓が肺塞栓症の原因になることもあります。

治療法としては、注射で拡張した血管を固めてしまう硬化療法や、原因になる血管を引き抜く手術（ストリッピング手術）などがあります。また、2011年から、体の負担の少ないレーザー焼灼術が保険適用になりました。このレ

健康についての悩みにおこたえます

こころやからだ、子どもの健康に関するお悩みがありましたら、必ずハガキでご応募ください。誌上ではすべて匿名といたしますが、住所・氏名・年齢・性別、所属の健保・共済組合名等を必ず明記してください。すべての相談に回答はできませんので、ご了承ください。

宛先：〒102-8155

東京都千代田区一番町4-4
保健同人社「笑顔」相談室



近藤 啓介

東京ウェインクリニック
院長

こんどう・けいすけ 専門は血管外科●健康法はランニング、山の空気を吸うこと●患者さんに一言「下肢静脈瘤はとて多く見られる病気ですが、放置しておくとも悪化する可能性があります。お近くの血管外科を受診されることをおすすめします」
〒170-0013
東京都豊島区東池袋1-7-5
池袋イースタンビル5F
☎03-6908-2272

レーザー手術は、2mm程度の傷が1箇所のみで済み、日帰りで治療を受けることが可能です。このほか、弾性ストッキングを着用して症状をコントロールするという方法もあります。

いずれにしても、まずは医師による診断を受け、適切なアドバイスと治療を受けることが肝要です。お近くの血管外科を受診されることをおすすめします。