

砺波総合病院から



心臓血管外科
小杉 郁子

市立砺波総合病院 ☎32-3320
ホームページ <http://www.city.tonami.toyama.jp/tgh/>

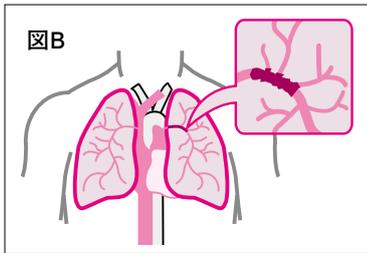
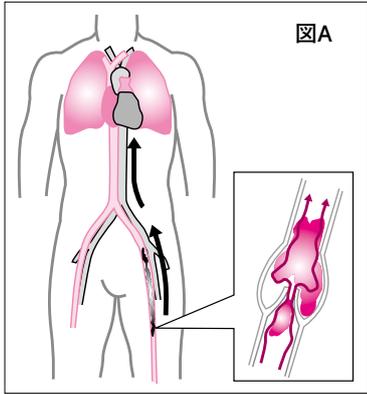
静脈血栓塞栓症と

旅行者血栓症

(いわゆるエコノミークラス症候群)

静脈血栓塞栓症とは

静脈に血の塊(血栓)が詰まる病気で、詰まった部分によって深部静脈血栓症と肺血栓塞栓症の2つに分類されます。深部静脈血栓症とは筋肉より深い所にある静脈(深部静脈)に血栓が生じたもので、手より足に発症しやすいとされます(図A)。症状は足の腫れ、張り、痛み、チアノーゼ(皮膚や粘膜が青紫色になった状態)などです。肺血栓塞栓症とは血栓が肺動脈(心臓から肺に流れ込むので動脈と呼ぶが実際は静脈



(と同じ)に詰まったもの(図B)で、軽症の症状は息切れ、だるさ、食欲不振、足の腫れなどですが、重症の場合には血圧が低下したりショック死に至ることもあります。2004年の新潟県中越地震の被災者のうち3人がこの病気で亡くなっています。発症した場合、抗凝固療法(血液が固まりにくくする薬の内服)は必須で、部位や重症度によってはカテーテル治療や手術を行うこともあります。

旅行者血栓症(いわゆるエコノミークラス症候群)とは

最初に報告されたエコノミークラス症候群は、飛行機搭乗中の長時間の窮屈な姿勢や座位による下肢のむくみや静脈損傷、乾燥や飲酒による脱水などが重なって、深部静脈血栓症を発症したとするものです。その病名から飛行機のエコノミークラスに搭乗した場合のみに発症すると思われるがちですが、他の乗り物でも発症します。長時間の座位が理由の一つであり、ビジネスクラス、電車や新幹線、長距離バスの利用、長時間運転でも発症した例があります。

ます。そこで最近では、病名を旅行者血栓症に変えています。肥満体型・中高年・女性の方に発症しやすいといわれています。

発症の原因

普段の生活の中で発症することは滅多にありませんが、前述したように、長時間の座位・同じ姿勢、脱水が原因の一つです。そのほか、脳梗塞や外科手術後などの長時安静による血液の滞り、カテーテルや静脈注射による静脈損傷、血液凝固異常症(血液が固まりやすい状態になっている病気)が原因となります。近年、入院・術後患者に発症した例が多く報告されるようになったため、院内発症予防の必要性が認識されるようになり、当院では予防対策委員会が中心となってこれに取り組んでいます。

予防方法とその意義

旅行での移動中、座席に座っているときには、足首の曲げ伸ばしが効果的です。また適度にトイレ休憩をとって歩いたり、十分な水分補給をしたりしてください。アルコールは、分解排泄するときに体内の水分を消費し、逆に脱水になるので、水分補給にはなりません。院内では、大きな手術を受ける方は弾性ストッキングとフットポンプの装着を手術前後に行い、手術以外の理由で長期安静が必要な方も同様に行います。さらに、深部静脈血栓症の既往や血液凝固異常症がある方には、抗凝固療法を追加します。これらの予防

法は、比較的簡単で、かつ有効性が明らかであると証明されています。

最後に

旅行先で病気になるったり、入院してから別の病気になるったりすることは残念なことです。予防法は簡単ですので、ぜひ覚えておいてください。

1日まちの保健室 ~何でも相談室~

2月、3月には、看護師が地域に出向き、「女性の尿失禁」をテーマとする「出前講座」を開きます。(受講団体は決定済み)

今後も講座を開きますので、受講を希望される団体はご連絡ください。皆様のご要望に沿えるよう努めます。

問合せ 市立砺波総合病院看護部
☎ 32-3320

肝疾患市民公開講座を開きます

「もっと肝臓を知ろう！」

日時 2月28日(日)
午後2時~

場所 砺波市文化会館
多目的ホール

問合せ 市立砺波総合病院
肝疾患相談センター
☎ 32-3320

聴講無料



前回の講座