



医療法人社団 仁恵会

石井病院

人工透析ひ尿器科じんけいクリニック

Now

Vol.194

- Since 2008

JINKEIKAI NEWSPAPER

発行：2024.5



神戸新聞「奥さま手帳」5月号 クリニック・ファイルに 院長 石井 洋光 取材記事 保険適用の治療法が増えた<下肢静脈瘤>が掲載されました

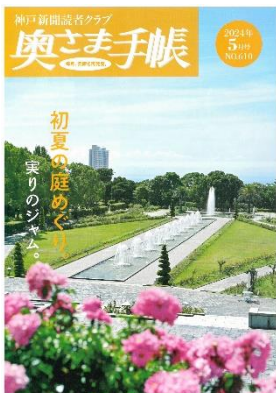
この度、神戸新聞を購読されている方に配布される「奥さま手帳」2024年5月号 連載クリニック・ファイルに、院長 石井洋光の取材記事が掲載されましたのでご紹介します。

記事内では、梅雨から夏にかけて悪化するとも言われている**下肢静脈瘤**について、症状や原因、最新の治療法など質疑応答形式で分かりやすく説明しています。詳しくは下記記事をご覧ください。

★ 下肢静脈瘤外来について

当院では、「**下肢静脈瘤外来**」を開設し、日本脈管学会認定脈管専門医の石井院長を中心に、医師、看護師、コメディカルとの連携・協働によるチーム医療でエコー・CT等の医療技術を駆使し、患者さまに負担の少ない低侵襲な治療に努めています。

足がだるい、むくんでいる。血管が浮き出ている、足の色が気になるなど、足の症状に関するお悩み・お困りごとがありましたら、お気軽に当院にご相談ください。



足のだるさ、浮き出た血管にご注意。

クリニック・ファイル 202

知っておきましょう

下肢静脈瘤を疑うチェック項目
以下のうち、1つでも当てはまる項目がある場合は、下肢静脈瘤の可能性がある。まずは自分の足や特徴をよく観察することが大切。

- 夕方になると足が腫れ、だるくなる
- 足がむくんでいる
- 末もやヒザの裏側の毛細血管が目立つ
- 足のえきやくははぜの血管が浮き出ている
- 腫れている時に、よく足がつる
- 足の腫れやかゆみがなかなか治らない
- 足の腫れがなかなか治らない
- 足の皮膚が赤味を帯びてきた
- 足の色素沈着が目立ってきた
- 両親のどちらかに下肢静脈瘤がある

下肢静脈瘤の主な症状
下肢静脈瘤の進行具合により、現れる症状が変わる。重症の場合は手術が必要になることも。

症状	軽症
足がだるい	足がだるい
足がむくむ	足がむくむ
足が痛む	足が痛む
血管が浮き出る	血管が浮き出る
足のえきやくははぜの血管が浮き出ている	足のえきやくははぜの血管が浮き出ている
腫れている時に、よく足がつる	腫れている時に、よく足がつる
足が赤くなる	足が赤くなる
足が痒くなる	足が痒くなる
足の皮膚が赤くなる	足の皮膚が赤くなる
足の皮膚が赤くなる	足の皮膚が赤くなる

やってみましょう

予防のためのセルフケア
下肢静脈瘤は軽度であればセルフケアや体操で対応することができ、筋肉を動かしてふくらまない筋ポンプ作用を鍛えたり、血流を改善する効果がある体操で悪化を予防しよう。

つま先立ち体操
テブルや手すりなどをつかみ、ゆっくりと両足の力を上げ下げする。
●10回繰り返す。

足踏み体操
イスに深く座り、かかとを床についたまま、つま先で足床を強く踏み込んでゆっくりと足裏をゆっくりにゆす。片足ずつでも両足とも同時にやっても良い。
●内回5回、外回5回を1セットにして3セット繰り返す。

ブルブル体操
仰向けになって両手を天井に向けて上げ、力を抜いて手足をブルブルと小刻みに30～60秒間揺らす。
●3セット行うと理想的。

Q 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。足がむくみ、だるさ、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

A 一般的に、外科的な治療が必要となるのは主に伏在静脈瘤です。下肢静脈瘤は良性疾患なので、だるさや痛みなどの症状や皮膚病がなくても、見えない静脈瘤が原因で潰瘍や皮膚病が起る場合があります。

Q 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

A 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

Q 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

A 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

Q 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

A 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

Q 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

A 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

Q 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

A 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

Q 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

A 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

Q 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

A 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

Q 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

A 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

Q 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

A 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

Q 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

A 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

Q 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。

A 足の腫れやかゆみ、赤み、痛み、かぶれ、潰瘍などがある場合は、早めに治療する必要があります。



足のだるさ、浮き出た血管にご注意。 保険適用の治療法が増えた<下肢静脈瘤>。

足の血管がコブのように浮き出たり、足のだるさ、むくみや、不快な症状が現れる「下肢静脈瘤」も、深刻な腫れを及ぼす病気ではありませんが、自然に治るとはならず、特に梅雨から夏にかけて悪化する人も少なくありません。症状や原因、最新の治療法について石井病院院長 石井洋光先生に話を伺いました。



回答者
医療法人社団 仁恵会 石井病院 下肢静脈瘤外来 院長 石井洋光先生
1986年慶應義科大学卒業、兵庫医科大学大学院医学研究科修了。医学博士。2000年石井病院副院長、2002年院長。2012年より法人理事に就任。日本外科学会静脈腫瘍専門医、日本脈管学会認定静脈腫瘍専門医、下肢静脈瘤に対する自管内治療実習指導による指導医・実習指導。下肢静脈瘤外来を開院し、「自分の足で歩いて長生きしたい」という患者さんに寄り添い、手帳やセルフケア、予防など幅広く診療を行う。
<http://www.jinkeikai-group.jp/pfshi/>



2024年1月に透析液安全管理研修会を受講してきました。透析治療の安全性を担保するために重要な透析液製造工程の運用・管理についての研修内容であります。

私たち臨床工学技士には清浄度の高い透析液を安定供給する責務があります。清浄度の高い透析液では、エンドトキシン（ET）と生菌の検査項目をクリアすることが必須であります。今回はETと生菌について説明していきたいと思っております。



臨床工学技士
副主任
はまだ とおる
浜田 貴

◎ はじめに

長期透析患者さんの重大な合併症として、透析アミロイドーシスが挙げられます。代表的なものが指先の痛みや痺れを伴う手根管症候群です。これらの原因である物質は大きな物質であり、除去するためには、大きな物質もある程度除去できる高性能なダイアライザーを使用する必要があります。大きな物質が血液側から透析液側へ抜けるということは、透析液側に含まれる生体に良くない物質が血液側に入ることになるわけです。このため、透析液に含まれる生体によくない物質を取り除くため「透析液の清浄化」が必要なのです。

◎ エンドトキシン（ET）とは

透析液に含まれる有害物質で代表的なものがエンドトキシン（ET）になります。ETとはグラム陰性菌（細菌）の死骸からでる毒素のことを言います。これは、「透析液の清浄化」において一番重要視されております。

私たちが普段使っている水道水にもETは存在しますが、水道水を飲んだとしても腸管で無害化されるため全く問題ありません。しかし透析治療ではダイアライザー（透析膜）を通過し血液中に流れ込んでしまいます。ETが血液中に流れ込むと、発熱、血圧低下、血液凝固、多臓器不全などの症状を引き起こします。

しかし、これらは大量のETが血液中に流れ込んだ場合に起こる症状であり、臨床現場では透析の機械にET補足フィルター（ETRF）というものを装着しております。そのため、大量のETが血液中に流れ込むことは通常起こり得ません。しかし低濃度のETが持続的に流入した場合には、慢性的な炎症状態となり、それが原因となって栄養状態が悪くなり動脈硬化の促進などを引き起こします（MIA症候群）。

よってETは基準値内で限りなく低く抑える必要があることが言えます。ET測定は装置より透析液を採水し、専用の機械で毎月測定しております。



(透析液採水の様子)



(ET補足フィルター)

◎ 生菌とは

生菌とは、一般細菌・従属栄養細菌の総称です。生菌がETを発生させる原因となります。洗浄剤などで生菌を死滅させると、ET濃度が上昇する可能性があります。ETが基準値未満であっても、生菌が多数存在している可能性があることが近年明らかとなってきました。ETの測定のみでは十分な清浄度を担保することができないため、同時に生菌の測定も必須なのです。

当院では、透析液を培地で菌が繁殖しやすい環境の下、1週間放置したうえで菌の有無を調べるメンブレンフィルター法という測定方法を採用しており、ET測定同様に毎月測定しております。

当院では超純水透析液を使用しており、日本透析医学会が定める最も厳しい水質基準を上回る数値を達成しております。超純水透析液とは、厳密な管理のもと、微量のエンドトキシンなどの不純物が混入していない透析液のことを指します。透析患者さまがいつまでも元気で長生きするために、超純水透析液は必須項目なのです。これからも臨床工学技士全員で「透析液の清浄化」に励んで参ります。今後ともよろしくごお願い致します。



(生菌測定キットと液体培地)



(生菌測定の様子)

■ 医療連携相談室

TEL 078-918-1512 FAX 078-918-1725
平日 9:00～12:00 14:00～17:00
土曜 9:00～12:00
担当 西村 古門 上野

編集・発行

医療法人社団 仁恵会 石井病院 広報委員会
〒673-0881 明石市天文町1-5-11
TEL 078-918-1655 FAX 078-918-1657
<http://jinkeikai-group.or.jp/ishii/>