

静脈血栓塞栓症

(いわゆるエコノミークラス症候群)

医療法人 小金井中央病院
副理事長 田中 宏幸

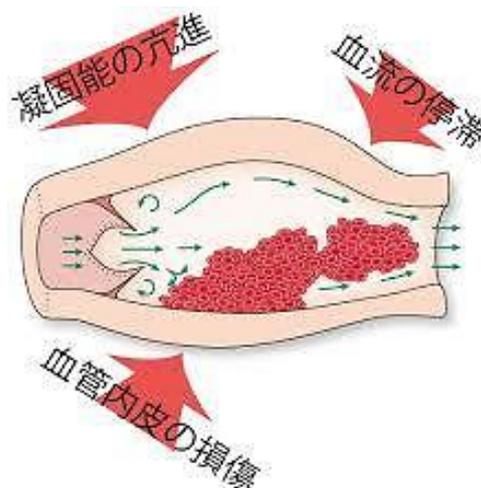
静脈血栓塞栓症とは？

頻度は少ないですが、年々増加傾向にある病気で、突然死をきたすことがあります。注意が必要です。

この病気の原因となる、静脈にできる血栓は、

- ・ 血流の停滞や血管内障害
(血管の壁の傷や炎症)
- ・ 血液凝固能の亢進
(血液がかたまりやすくなる)

の状態で作られるといわれています。



静脈血栓塞栓症 (Venous thrombosis; VTE) は深部静脈血栓症 (Deep vein thrombosis; DVT) と肺血栓塞栓症 (Pulmonary embolism; PE) の2つに分かれています。

静脈血栓塞栓症の症状は？

症状には、深部静脈血栓症では、下肢腫れや痛み・下肢の発赤があり、肺血栓塞栓症では、呼吸が苦しい・胸が痛い・冷汗・動機などがあります。



静脈血栓塞栓症の治療法は？

治療には、ヘパリンやワーファリン・直接経口抗凝固薬を用いた抗凝固療法（血液を固まりにくくする方法）、血栓溶解療法（血栓を溶かす方法）、血管内治療（カテーテルを使用した方法）、手術療法などがあります。

病態・症状・治療を記載しましたが
一番重要なのは発症しないように
予防することです。



推奨される予防として以下の方法があります。

1. 長時間にわたって同じ姿勢を取らない・時々、足首の運動（背底屈運動）をする。
2. 可能であれば、こまめに水分をとる。
3. 外科手術等の術後で長期臥床がさけられない場合は、弾性ストッキングなどを使用する。



血液透析と治療時間

医療法人 小金井中央病院
透析室 臨床工学技士長 佐藤 成人

腎臓は脇腹の後ろに左右1つずつあり、大きさは「こぶし大」で一つ 100~120g程度の重さの臓器です。

腎臓の働きは主に体の老廃物や余分な水分を尿として体外に排出することです。他にも体内のナトリウムやカリウムといった電解質の濃度を適正に保ち、酸性やアルカリ性といった酸塩基平衡を維持することもしています。また、骨や血液を作るホルモンにも関係しています。

血液透析はそんなたくさんの仕事をしている腎臓が壊れてしまったとき(腎不全)、人工的に腎臓の代わりをする治療法です。

以前は4時間の透析を週に3回行うことが基準で、年齢や体格、また残された腎機能に応じて回数・時間を少なくするのが一般的でした。しかし現在では、透析時間や回数が生命予後と大きく関係しており、透析時間が長いほど死亡のリスクが低いことがわかってきました。また長く時間をかけて緩やかに老廃物や過剰な水分を除去する事で、短時間の透析に比べ急激な体への負担で起こる低血圧や足の痙攣などの不快な症状を抑えることができます。



また透析治療は、塩分を制限して水分摂取を抑えることが必要で、他にも肉や魚・乳製品のタンパク質(リン)や野菜・果物に多く含まれるカリウムなどにも制限があり、これも患者さんのストレスとなっています。長時間透析はそういった物質の除去率も上がるので、制限が緩和される事で食事の楽しみが増えます。他にも不足がちなエネルギーを十分に摂取することに繋がるので、貧血の改善や筋肉量の増加も期待できます。



24時間ずっと働き続けている腎臓の代わりは、やはり出来るだけ長い時間をかけるのが自然に近いのでしょうか。

しかし、長時間透析は良いところばかりではありません。やはり「治療による拘束時間」は患者さんにとって一番の障害でしょう。また長時間ベッドに寝た状態で過ごす事となりますので、肩こりや腰痛などが出てしまう可能性があります。ただ、治療中でも姿勢を変えたり、クッションや枕などを利用するなどして、そういった症状を緩和することはできます。



透析生活では長い人生をどのように送るかという、将来を考える事も必要です。当院ではバランスの取れた5時間透析を勧めると共に、患者さんのライフスタイルを考えながら、一人一人の身体的にも精神的にも負担とならない透析方法や時間で透析を行っています。

