

Vol.53

院長 関の

Face to Face

2012年 11月 1日発行



前回の巻き爪に続き、下肢の運動不足などから起る「静脈瘤」についてのお話です。静脈瘤とは静脈がミズ腫れのようにふくれて浮き上がったたり、こぶのよう膨らんだりする血管の病気です。症状としては、
足が重くだるい 足がむくむ 足がむずむずしたり 足が痛む 足が熱っぽい 足がつる...などです。

怖い「下肢静脈瘤」にご用心



原因は、静脈にある血液の逆流を防ぐための弁に何らかの障害(破損、すき間など)がおき、弁が正常に働かないことで、血液の流れが滞るためです。弁に障害が起る原因は、体型(長身)や、立ちっ放しの仕事、運動不足、冷えなど様々考えられます。ふくらはぎの筋肉は血液を上上げるポンプ役を果た

しますが、使用しないと弁には重力による圧力がかかり続け、障害が生じます。重症になると手術の適用となり、血管を固める、縛る、取るなどという処置がなされます。レーザー治療も有効なようですが、まずは静脈瘤にならない、重症化させない努力をしたいものです。予防には冷えを取る「鍼灸」も力を発揮します。また自助努力としてはふくらはぎを使う運動(ウォーキングや縄跳びなど)が大変有効です。

関 修一(せきしゅういち)
健育会 東銀座整骨院・鍼灸院・
整体院 院長
代替医療の総合治療院としての
確立を目指す

タイトルの face to face
「患者さん自身と向き合っ
て患者さんの症状と闘う」こと
を願ってつけた

* 毎月1日の発行です