



下肢閉塞性動脈硬化症について



血液外科・科長

齊藤 貴明

血管には動脈と静脈があり、動脈は組織に血液を送る管、静脈は心臓に血液を返す管です。

下肢閉塞性動脈硬化症とは、下肢の血管が動脈硬化（動脈の弾力性がなくなり、もろくなった状態）によって狭くなったり閉塞したりして、血流が低下する病気です。60歳以上の男性に多く、糖尿病・高血圧・脂質異常症・喫煙などの原因を抱えた人に合併しやすいと言われています。

症状は「歩くと足がしびれたり、ふくらはぎが痛くなったりする」、「足がいつも冷たく感じる」といった初期症状から始まり、悪化すれば「足や指の傷が治りにくい」、「指が黒色に変化し常に痛い（壊死・安静時痛）」といったものまで症状が進みます。

治療は、初期であれば内服治療や運動療法から開始し、喫煙があれば禁煙指導を行います。症状が進行し、

壊死や安静時痛が認められれば、血管の狭くなった部分にカテーテルを用いて風船で広げたり、ステントという金属の筒を入れる手術やバイパス手術を行ったりすることがあります。

これらの他、最近では血管新生療法なども考慮されることもあります。最も大切なのは「禁煙」と言われており、他に足を清潔に保つことも重要です。「爪の変形」や「水虫」、「外反母趾による靴ずれ」といった足のトラブルを防ぐ必要もあります。これらに該当し心配な方は、一度かかりつけ医やお近くの病院で相談してみてもいかがでしょうか。



海面水温・魚の種類・ごみの種類や量 生活の利便性のしわ寄せは、海に…

海の豊かさを守ろう

気候変動に具体的な対策を

魅力あふれる磐田の海の変化



南が海に面している磐田市。港を有して自然の恵みを感じ、サーフィンなどの楽しみも生み出し、「海」という豊かな自然がまちの魅力の一つとなっています。しかし、その海が大きく変化しています。磐田の海でサーフィンをしている方にお聞きしました。

海で感じる大きな変化

昔からサーフィンをしていられる方が一番に感じるのは、海面水温の変化だそうです。寒くて辛かった冬の海も、今はそれほど辛くない。また、近年は大きなサメを見かけ

ることもあるそうです。また、海岸に打ち上げられるごみが、昔は故意的で大きな不法投棄ごみだったのが、近年はペットボトルやビニールなどの生活ごみが増えたとのことでした。



小さな取り組みでも やらなければ変わらない

磐田の豊浜海岸では「豊浜サーフィンユニオン」として、有志で毎月海岸清掃をしてきている団体があります。参加者は「この海岸だけきれいになっても海が改善されるわけではないけれど、小さな取り組みでもやらなければ変わらない」「海のごみを見ると、人の生活の利便性のしわ寄せだと感じる」「この活動で、自分の物は自分で片付け、ポイ捨てする人が一人でも減ってくれば嬉しい」と話してくれました。