

じょう みやく けっ せん そく せん しょう

# 静脈血栓塞栓症

## について

入院中に発症しやすくなります

患者の皆さまへ

静脈血栓塞栓症は、入院中に突然起こる可能性があり、時に命を脅かす場合があります。当院では、多職種で発症の予防に取り組んでおります。

静脈血栓塞栓症を100%予防することは困難ですが、医療者と皆さまと一緒に予防対策を進めていきたいと思えます。

このパンフレットをよくお読みいただき、ご理解とご協力をお願い致します。

北 里 大 学 病 院

# 静脈血栓塞栓症とは何ですか？

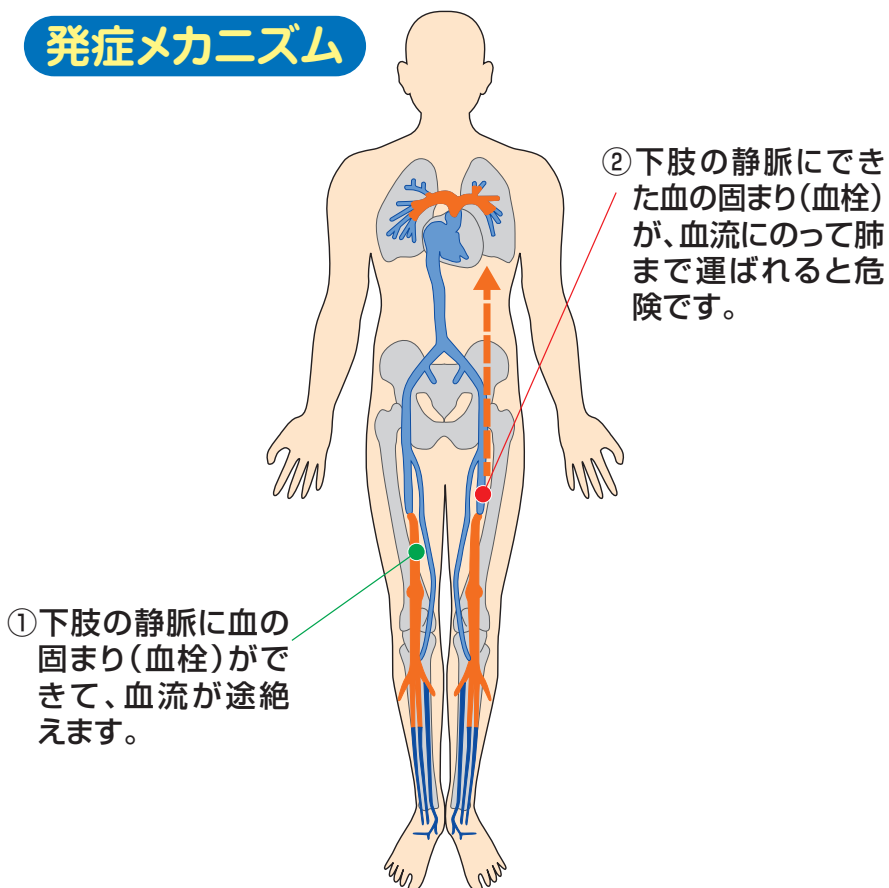
「静脈血栓塞栓症」とは、おもに下肢(ふくらはぎや太もも)や肺の血管に血の固まり(血栓)ができ、血管がつまってしまう病気です。

静脈血栓塞栓症は、**① 深部静脈血栓症** と **② 肺血栓塞栓症** にわけられます。まったく症状がでないものから、下肢のはれ、胸の痛み、動悸、めまいなどの症状を示すものまで、さまざまです。

「エコノミークラス症候群」でも知られるこの病気は、長時間の飛行機旅行など体を動かさない状態が続くと起こり得るといわれています。

## ① 深部静脈血栓症とは

### 発症メカニズム



### おもな症状

下肢に痛み・はれ・色調の変化がみられたら、**すぐ医師や看護師にお知らせください。**



症状が出ないことも多いです。

## ② 肺血栓塞栓症とは

### おもな症状

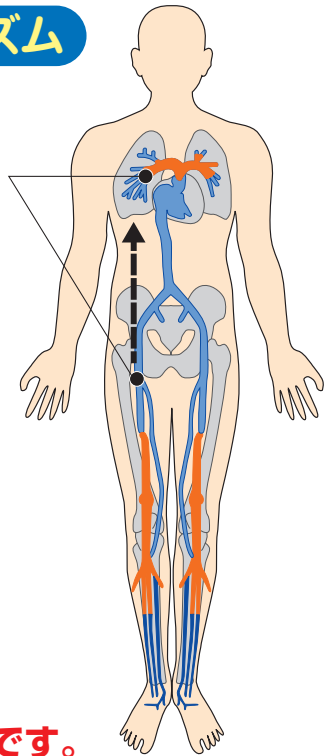
入院中、急にこのような症状がみられたら、  
すぐ医師や看護師にお知らせください。



呼吸が苦しい 冷や汗が出る 動悸がする 胸が痛い  
肺血栓塞栓症は発症すると、命にかかわることもある危険な病気です。

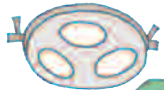
### 発症メカニズム

下肢にできた深部  
静脈血栓が、血流  
によって肺まで運  
ばれ、肺の血管  
(肺動脈)をつまら  
せます。



## 静脈血栓塞栓症は、どうして起こるの？

いろいろな条件が3つの要因を引きおこす。



手術を受けた方



### 要因1

血が固まり  
やすくなる  
(血液凝固能の亢進)

悪性腫瘍  
の方

### 要因2

血のめぐりが  
悪くなる  
(血液の停滞)

### 要因3

血管の壁に傷がついたり  
炎症を起こす  
(血管内皮障害)



妊娠して  
いる方

標準体重を  
大きく  
超えている方



長期臥床の方



長時間の  
坐位保持



60歳以上の方

# 肺血栓塞栓症は、どんなときに起こりやすいの？

## 肺血栓塞栓症が起きやすい状況

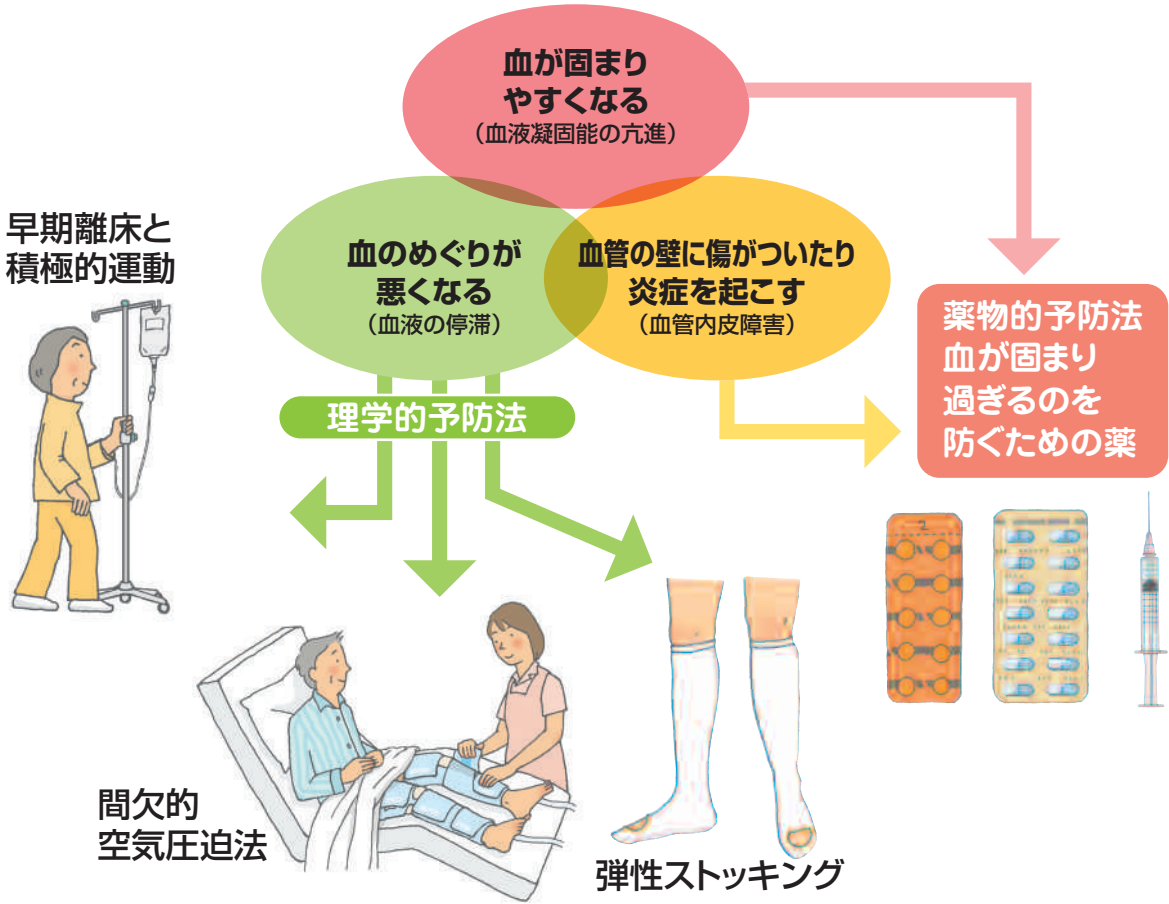


ベッド上安静が長かった人が、  
ベッドから初めて起き上がったとき



トイレで立ち上がったとき

# 静脈血栓塞栓症の予防法

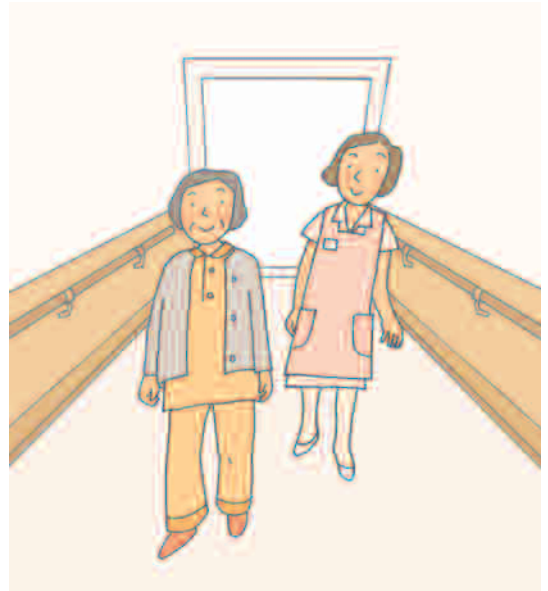


# 自分でできる静脈血栓塞栓症の予防

※医師の許可のもとで行いましょう。

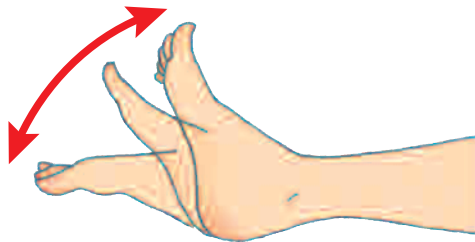
## 早期離床・積極的歩行

入院中でも日中は積極的に歩きます。手術後はなるべく早期に始めます。手術後の初めての歩行は、看護師と一緒に歩きます。



## 足先の上げ下げ運動

ベッドに寝たままでも動かさせます。

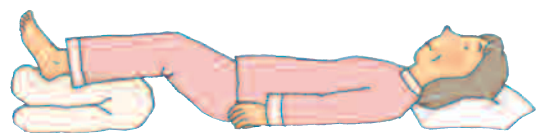


## 下肢拳上・足上げ

電動ベッドの足の部分を上げたり、足の下に枕を入れたりすることで、血液を心臓へ戻りやすくします。



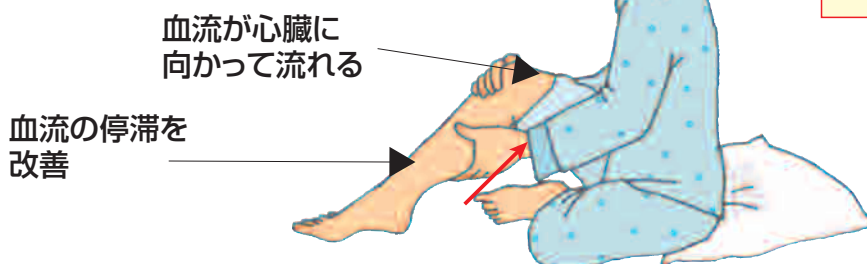
ベッドの拳上機能で足を上げる



枕・布団で足を上げる

## ふくらはぎのマッサージ

足首から膝にかけて血液を太ももへ送るようにふくらはぎをマッサージします。



血流が心臓に向かって流れる

血流の停滞を改善

弾性ストッキングを着用して運動を行うと、さらに血流が良くなり、予防効果が高まります。



## 弾性ストッキングのおもな合併症・注意点

### ●皮膚炎

皮膚のかぶれや炎症を起こすことがあります。  
こすれたり、むれたりすると、悪化しやすくなります。

### ●血行障害

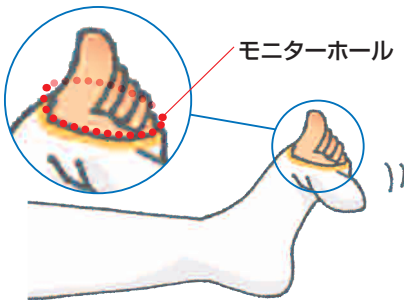
ストッキングが丸まったりすると、その部分が強く締め付けられ、血行障害、痛みやしびれ、皮膚の色に変化が起こることがあります。

**このような症状がみられたら、医師や看護師にお知らせください。**



1日1回脱いで皮膚の観察をしましょう。

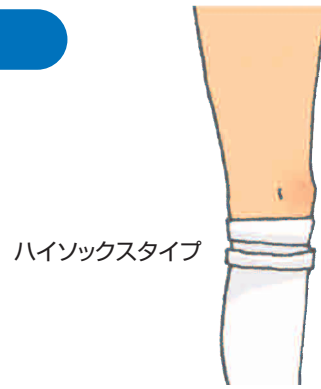
## 弾性ストッキングの誤った履き方



モニターホールから足が出ている



食い込みやしわがある



長すぎて折り返している

**誤った履き方は、合併症の原因となります。正しく履きなおしましょう。**

## 間欠的空気圧迫法のおもな合併症・注意点

### ●コンパートメント症候群

下肢の圧迫によって静脈の血のめぐりが悪くなり、強い痛みやうずき、しびれが起こることがあります。

### ●腓骨神経麻痺

ふくらはぎ周辺の神経が圧迫され、しびれを感じたり、足首を曲げることができなくなります。



**弾性ストッキング使用時は、すべりやすいので転ばないようにご注意ください**

このパンフレットの内容についてわからないこと、お聞きになりたいことがありましたら、お気軽に医師や看護師にお尋ねください。