

# 歩行でふくらはぎ痛い

**Q** 50代後半の男性です。平地ではあまり気にならなかったのですが、最近、階段や坂道を歩くと左足のふくらはぎがパンパンに張ってしまいます。5～10分程度休むと全く元のように歩けます。特にどこかにぶつけたり、腫れたりはないのですが、どうなっているのでしょうか。今までは健康に過ごしてきましたが、実はたばこを1日10本程度やめられずにいます。

24

**A** このような症状を「**間歇性跛行**」と呼びます。あまり耳慣れない言葉かもしれませんが、足の血管（動脈）が狭くなったり詰まったりして筋肉の運動量に見合った血液量が供給されないという痛みを生じる症状です。

心臓の血管（冠状動脈）が狭くなると狭心症と言われる胸痛が起るのと同じ理屈です。その意味で「足の狭心症」と言われることもあります。

原因の代表は動脈硬化で、閉塞性動脈硬化



## 血圧測り脳梗塞など予防

症（末梢動脈疾患：PADともいいます）と呼ばれる。これがさらに進行すると、いわゆる壊疽という状態になることがあります。しかし、実際には間欠性跛行の方が5年

村上厚文血管外科部長



後に壊疽になって切断となる頻度はせいぜい2～3%程度です。足自体のことはあまり心配しなくてもよいのです。

大事なことは、間欠性跛行をお持ちの方は臓や脳血管の病気を合

併していることが分かったのです。しかも血管（足）の詰まり具合が軽い方も重い方も死亡率に差がないのです。

従って、症状が軽いか自覚症状がない段階での早期発見、予防が大事なのです。ABI検査という手足の血圧を同時に測る簡単な外来検査でこれらの予測が可能です。毎年、「Take ABI」とい

（第2、4、5木曜日掲載）

（血管外科部長 村上厚文）

life

くらし

