

平成30年7月17日放送



## 歩くと足が痛くなる病気について

筑波大学附属病院水戸地域医療教育センター  
水戸協同病院  
循環器内科 小島栄治

司会者：循環器と足の痛みはどの様なかわりがあるのでしょうか？

小島：“足が痛い”という症状ですと、やはり整形外科を受診する患者さんが多い印象です。ポイントは、やはり足の冷えと歩くとだんだん辛くなっていく、ということでこれは血流障害を第一に考えます。つまり、動脈硬化からくる足の痛みというのがあるわけです。安静時で足の冷たさがなくて痛みやしびれがある、というと整形外科的な脊椎疾患、神経疾患を疑います。当院では整形外科とも連携し、脊椎に問題がなくて血流が悪い患者さんは循環器内科を受診してもらいます。

司会者：動脈硬化はどのように予防したらよいのでしょうか？

小島：私たちの目標は茨城県の心血管疾患の有病率、死亡率を低下させて地域の皆様に健康で元気な生活を送ってもらうことであると考えております。心血管疾患とは、頻度が多いものから言いますと労作性狭心症、急性心筋梗塞、閉塞性動脈硬化症、胸腹部の大動脈瘤などがあります。これらはいずれも糖尿病、高血圧症、脂質異常症など日本人の高齢化に伴う有病率の増加や、喫煙、大量飲酒、肥満、運動不足など生活習慣が不良であることが原因として挙げられます。つまり、例えば『胸が痛くなって協同病院に救急車で搬送されたら急性心筋梗塞と言われた。』という患者様では多くの場合背景に高血圧や糖尿病があることがあるわけですから、患者様の全身の状態を良く管理している地域の先生方や総合内科の存在がキーポイントになってくるわけであり、平成25年に発表されたWHO（世界保健機関）の調査では『成人の3人に1人は高血圧症である』、また、平成27年に厚生労働省から発表された国民健康・栄養調査では『男性で16.2%、女性で9.2%に糖尿病が強く疑われる』などの結果が出ています。このように動脈硬化とそれに伴う疾患は増える傾向にあることは明らかであり、生活の質の向上には早期の介入が望まれると考えられます。

司会者：動脈硬化はどのように治療するのでしょうか？

小 島：前述のような早期介入、治療を行っていても残念ながら急性心筋梗塞などの重篤な疾患を起こしてしまうことがあります。その場合はやはり迅速な治療、例えば急性心筋梗塞においては緊急での心臓カテーテル検査とそれに引き続いた冠動脈ステント留置術などが行われるべきであります。私たちは24時間365日のオンコール体制を敷いており、日中、夜間ともに常に緊急の検査ができるように日夜努力しています。また、併せて急性心不全や不整脈など高度な管理を必要とする患者様の入院にもICU・集中治療部のスタッフと協力し患者様の治療にあたっています。当院では平成25年より虚血性心疾患（心筋梗塞や狭心症など）に対する冠動脈ステント留置術の件数が飛躍的に伸びており、平成25年頃までは年間100件前後であったのが、ここ数年は350件から400件前後と3倍から4倍に増えております。地域の先生方から御紹介いただく患者様も増えておりまして、それとともに私たちの責務の大きさを実感している次第であります。

司会者：閉塞性動脈硬化症とはこういった病気なのでしょうか？

小 島：患者様の症状で意外と問診から外れてしまうのが、『長い距離を歩いたり階段を昇ったりすると足が痛くなりませんか』という質問です。足が痛い、腰が痛い、または足が冷えるという症状は整形外科疾患（筋肉や腱、骨など）でも起こりますが、足への血流が動脈硬化により低下することによっても起こります。これを閉塞性動脈硬化症と呼びますが、病態の本質は動脈硬化であり脳梗塞や心筋梗塞と同じことが足にも起こるということです。このため閉塞性動脈硬化症は30%~50%に虚血性心疾患、20%~30%に脳血管疾患を合併しているといわれております。歩行距離が低下すると日常生活動作の低下を来し、症状が隠れてしまいなかなか発見されないという現実もありますが、前述のように動脈硬化の一つとして考えればこれも早期の発見、治療が必要な状態です。

閉塞性動脈硬化症の自覚症状としては、初期では足の冷えが出現します。徐々に間欠性跛行と言って、歩き始めは問題ないけれども、例えば100mから200m歩き続けるとふくらはぎや太ももが痛くなってくるという症状です。これは一時的な血流の障害のため、休むと足は楽になってまた歩くことができます。これが間欠性跛行です。血管のつまりがひどくなると今言ったような症状がひどくなり、患者さんによ

っては足の指先の色が悪くなったり、痛みが出たり、それから足壊疽と言って足の組織が腐ってしまう場合もあります。多くは外科的に切断するしか治療法がない場合も多く、患者さん、御家族ともに非常に大きな負担となります。切断となった場合は足がないことによる身体的負担に加えて精神的負担が非常に大きいといわれています。当院では最も簡単な検査として、手と足の血圧を測る ABI という検査を行っています。この検査時間は 5 分ほどで、自覚症状と合わせれば大まかなことがわかります。この検査で閉塞性動脈硬化症がありそうだとすれば、引き続き超音波の検査、CT スキャンの検査などを行います。当院では下肢へのカテーテルによる血行再建治療も積極的に行っており、治療件数、治療実績ともに県内トップであります。今年度は平均で月に 15 件の治療件数であります。私たちは全身の血管、全身の動脈硬化に対し患者様とともに前を向いて治療を行っております。

司会者：患者様の足が痛い、という訴えはどこの診療科で診察するのか

小 島：逆に循環器で血流は問題ないからということで腰椎の MRI を撮影して私の方から整形外科の先生に連絡することもあります。

司会者：足外来についてご紹介をお願いします。

小 島：当院では水曜日午後に足外来というのを開設しております、その外来は予約なしでも受診することができます。“少しでも症状が当てはまる方は是非当院の足外来を受診していただけますと嬉しく思います。