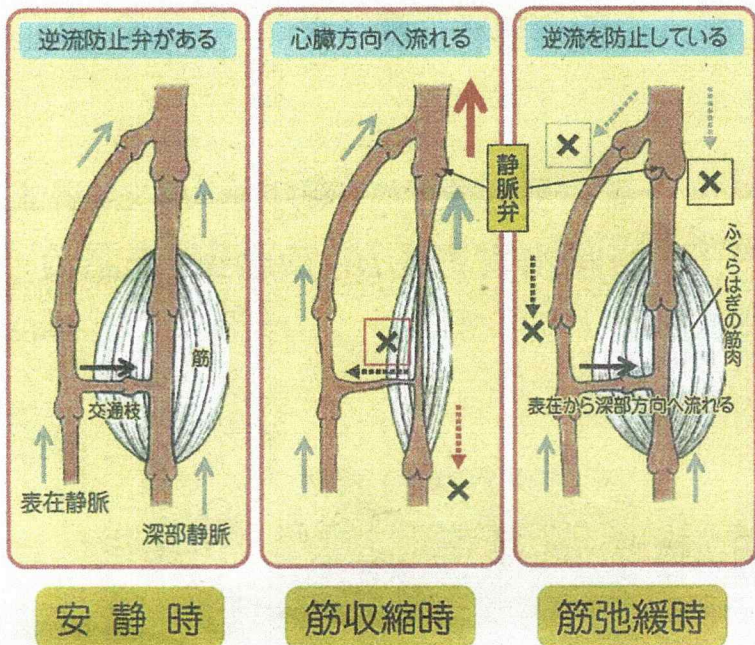


### 脚の静脈の血液の流れ

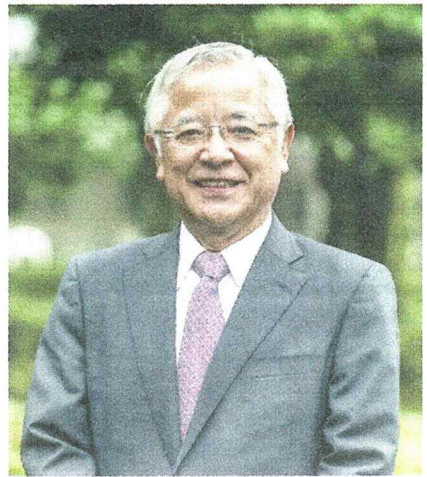


公益財団法人循環器病研究振興財団シリーズ「知っておきたい循環器病あれこれ」第97回脚の静脈の血行障害「静脈瘤」から許可を得て引用

## ⑫ なぜ、足がむくみやすいのか

### 人生100年時代の健康管理

桐生大学 桐生大学短期大学部副学長 山科 章



【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、元日本循環器病予防学会理事長。

前回は、体がむくむメカニズムについて紹介しました。むくみは毛細血管のまわりの細動脈を経て全身の臓

胞と細胞の間のスペース(間質)に見てわかるほど水分(組織間液)が増えることであり、①毛細血管の内圧が高い②血管内に水を引き付けておくたんぱく質(アルブミン)が少ない③間質の水分を吸収してくれるリンパ管の機能が悪くなるなどが主な原因と説明しました。

器・組織まで運ばれます。そこでは、毛細血管から酸素や栄養素など必要な物質が間質を経由して細胞に受け渡され、逆に二酸化炭素や老廃物などの不要になった物質は毛細血管に受け取られ、静脈を経由して心臓に戻っていきます。

静脈は皮膚の奥に隠れてしまします。足の甲の静脈も同じように見え隠れしますが、立位や座位だと、静脈は浮き上がって太くなっています。下半身には全身の血液の70%近くがあると

手の甲を見ながら腕を上げてみてください。重力によって血液が心臓に向かって戻っていくので、静脈は皮膚の奥に隠れてしまします。足の甲の静脈も同じように見え隠れしますが、立位や座位だと、静脈は浮き上がって太くなっています。

下半身には全身の血液の70%近くがあるとされています。腕を下げた状態で手の甲を見てください。静脈が浮き上がって見えると思います。次は、

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

## 保健・福祉

疾病名	3週間前報告数	2週間前報告数	1週間前報告数	今週の報告数
インフルエンザ	25	54	24	37
新型コロナウイルス感染症	873	867	864	1135
RSウイルス感染症	105	142	109	49
咽頭結膜熱	47	67	50	37
A群溶連菌咽頭炎	44	32	30	22
感染性胃腸炎	211	209	162	92
水痘	7	7	5	5
手足口病	27	17	21	19
伝染性紅斑	1	1	0	0
突発性発疹	16	20	10	17
ヘルパンギーナ	252	158	87	55
流行性耳下腺炎	6	15	2	2
急性出血性結膜炎	0	0	0	0
流行性角結膜炎	4	7	5	3
細菌性髄膜炎	0	0	0	0
無菌性髄膜炎	0	1	0	0
マイコプラズマ肺炎	0	0	0	0
クラミジア肺炎	0	0	0	0
感染性胃腸炎(ロタウイルス)	0	0	0	0
風疹	0	0	0	0
麻疹	0	0	0	0
百日せき	0	0	0	0

群馬県の感染症サーベイランス(8月14日～20日)

新型コロナ拡大傾向、予防対策を  
 網戸をすり抜けて、雨の匂いの夜風と虫の声が滑り込んできます。昼の酷暑の裏側で、秋への準備が進んでいるようです。

### はやってる病気は?

症の流行は拡大傾向で、定点医療機関当たりの患者数は週7・25人です。お盆休みの人の移動と接触が感染拡大を助長しないか心配なところです。感染リスクの高い状況下でのマスク着用などの予防対策を考慮してください。(28日、桐生市医師会)

広告 「STOP! 突然死」——。桐生タイムス 心肺蘇生・AED事業 協賛各社

桐生市・みどり市・足利市  
及び近郊エリア

**AED設置施設**

私たちはAEDを設置し安全確保に努めています

公共施設ほか、その他の設置状況についてはインターネット等で公開されています。

◆協賛事業所様随時募集中…詳細は☎0277-46-2511 桐生タイムス社まで

社会福祉法人梅田福祉会

**梅の郷**

TEL: 0277-20-5055  
桐生市梅田町4丁目1774-4

デイサービス 奏  
桐生市相生町1丁目502-5 tel.0277-46-7755

住宅型有料老人ホーム カノン  
桐生市相生町1丁目502-5 tel.0277-46-7045

株式会社 Tomorrow

内科・小児科 志鳥クリニック

みどり市笠懸町鹿4650 笠懸幼稚園角 ☎0277-76-9998

**DARWIN**

ほけんの窓口

5店舗に設置しています

桐生店 ☎0120-113-692  
ジョイフル本田ニモール太田店・前橋富岡店・ガテン前橋店・フォレストモール前橋店

一般社団法人 群馬県損害保険代理業協会正会員  
火災・自動車・傷害・生命保険・その他各種保険取り扱い

**株式会社 アイホケン**

〒376-0027 桐生市元宿町21-10  
TEL(0277)45-1177 FAX(0277)45-1178

万が一のときは桐生ガスプラザに設置されたAEDをご利用下さい

**桐生中央商店街**

本町4丁目～本町5丁目  
(美喜仁付近) (コパトラ薬局付近)

**BOAT RACE 桐生**

みどり市笠懸町阿左美2887  
☎0277-76-2411

**加藤鉄工株式会社**

桐生市広沢町1丁目2835 ☎52-1302代

**武藤接骨院**

桐生市宮前町1丁目4-15 ☎0277-22-4667

**和膳**

TATSU KICHI

桐生市新宿3丁目13-10  
**0277-44-3525**  
大小宴会承ります