

# 足のむくみはありませんか？



足がむくむ原因には色々あります。

- ① 心臓が弱っている。
- ② 腎臓が悪い。
- ③ 甲状腺のホルモンが少ない。
- ④ 足の静脈に血栓ができています。
- ⑤ 足の弁が壊れて、血液が逆流している。



足のむくみには、このような病気が隠れていることがあります。当院では血液検査やエコー検査で、これらの病気を調べることができます。

病気がなくても、長時間の立ち仕事やデスクワークで座りっぱなしの方は、夕方になると足がむくみます。ご高齢の方で、ふくらはぎの筋肉が落ちてきても、足が腫れてきます。

## ①弾性ストッキング

着圧の靴下です。足首からふくらはぎにかけて段階的に圧がかかることで、むくみを解消します。今までの弾性ストッキングがきつくて履けなかった方、かぶれて痒くなった方もご安心ください。



奈良の広陵町で開発した履きやすい弾性ストッキングをたくさん用意しています。デザインもおしゃれになっていますので、普段履きもできます。

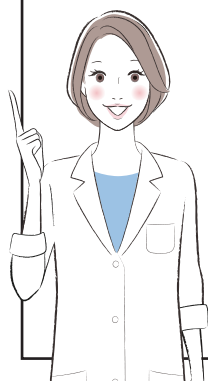
## ②足の運動



足の水分量と筋肉量を測定し、足の筋肉をトレーニングします。結果をみて、理学療法士がトレーニングのアドバイスをを行います。普段履きもできます。

## ③足のマッサージ

マッサージの先生が足をもみほぐしてくれます。リンパマッサージ専門も先生もいます。フットマッサージの器械も置いていますので、お気軽にご利用ください。



## ④静脈瘤治療

足にポコポコと血管が浮き出ている方は静脈瘤といいます。足が重く歩きにくい方・こむら返りが何回も起こる方・足に痒みがある方・すねのあたりが茶色くなっている方は静脈をカテーテルで焼くことで、症状が改善します。

(近大奈良病院で日帰り手術を行います。)



提供：日本コヴィティエン株式会社