

一週間で、すっぴん肌に自信! -5歳のキレイ術

もっと健康に、もっと美しく

日経ヘルス

wol.nikkeibp.co.jp/nh/

Idec

下腹も凹む  
カラダが伸びて  
姿勢が良くなる

鎖骨  
ダイエット

4 2012  
April  
定価580円

キレイ術を公開!  
広末涼子さん

肌美人の  
ドレッサーと  
冷蔵庫を拝見

保存版  
2大ガイド

コスメの力を120%引き出す  
シミ、毛穴、シワ対策  
「月別コスメカレンダー」

シミ、肝斑、たるみを治す  
初めての美容医療  
信頼できる医師25

肌美人が美容メソッドを直伝!

コットン王子が熱血指導!

くすみオフ、毛穴レス  
コットンくるくる

吉本の美容番長がとっておきを伝授

たるみ、シワ消す  
シルクの「美顔筋トレ」

本誌初公開のレシピも!  
POLAの美肌食堂

肌に潤い&ツヤ  
シミ、たるみが消える!

# 肌美人に教わる -5歳のキレイ術

リフトUP! 透明感UP!

黒田啓蔵さんの「ツヤ肌ベースメイク」

むくみが取れる、肌色が良くなる

小顔になる「朝コルギ」

基本ケア23項目を再点検  
覚え直しスキンケア

「もち麦で下腹7cm減!」

アロマの香りと  
ビタミンDで花粉症対策  
ゆがみをとって、尿もれ対策



下肢静脈瘤の治療

レーザー治療が保険適応に  
負担の少ない治療が受けやすく



北青山Dクリニック（東京都渋谷区）院長  
**阿保義久さん**  
東京大学医学部卒。東京大学医学部附属病院、虎の門病院などを経て2000年、同クリニックを開設。年間1000肢以上の血管内レーザー焼灼（しょうしゃ）治療を手がける。

「ストリッピング手術」。麻酔をかけて小さく数カ所にメスを入れるため、入院が必要な場合もなかった「レーザー治療」は、血管内にレーザーファイバーを入れ、レーザーのエネルギで内側から静脈を焼きつぶす。メスは不使用で日帰りも可能。血管

を引き抜くダメージがないため、術後の痛みや出血も少ない。「命に関わらない病気なのにストリッピング手術では治療後の負担がそれなりにあるので、悩んでいても治療に踏み切れない人が多かった。だから負担が軽いレーザー治療が保険承認された意味は大きい」と北青山Dクリニックの阿保義久院長。だが今回、保険が適用されたのは、最新型よりも3世代前のELVeSレーザー（波長980nm）のみ。新しい機器を選択すると、保険は適用されない。最新型（波長2000nm）は、保険適用の機種に比べて水への吸収率が高く、血管内の細胞の処理効率がいため、痛みや治療時間が低減できる。ちなみに、波長の異なるレーザー3機種（980nm、1320nm、2000nm）を対象に、①合併症の発生頻度と程度②術後1、2年後の閉塞率③患者の満足度の3項目を比べた調査では（2010年、日本静脈学会総会）、すべての項目で2000nmが優位だった。「980nmの治療効果が悪いわけではないが、最新型に比べ完成度は8割ぐらい」と阿保院長。より質の高い治療を求めるか、経済的な保険診療を選ぶかは、患者の判断が必要だ。（ライター＝竹下順子）

脚にこぶ状のふくらみができたり、血管がぼこぼこ浮き出たり。下肢静脈瘤は、脚の表面近くの静脈にある逆流防止弁が壊れ、血流がたまることで起きる。妊娠・出産や立ち仕事などで血管が圧迫されたり、月経時のホルモン変化で血管が柔らかくなった時期に弁が壊れやすくなるため、女性に発症が多い。見た目の問題だけではなく、むくみやだるさを引き起したり、重症化すると湿疹や潰瘍にも。また、放置すると周りの血管も壊されていく。根治には病気の血管を焼く、引き抜く、薬で固めるなどの治療が必要だ。従来から保険が適用されていたのは、病気の血管を引き抜く「ストリッピング手術」。

「ストリッピング手術」。麻酔をかけて小さく数カ所にメスを入れるため、入院が必要な場合もなかった「レーザー治療」は、血管内にレーザーファイバーを入れ、レーザーのエネルギで内側から静脈を焼きつぶす。メスは不使用で日帰りも可能。血管を引き抜くダメージがないため、術後の痛みや出血も少ない。「命に関わらない病気なのにストリッピング手術では治療後の負担がそれなりにあるので、悩んでいても治療に踏み切れない人が多かった。だから負担が軽いレーザー治療が保険承認された意味は大きい」と北青山Dクリニックの阿保義久院長。だが今回、保険が適用されたのは、最新型よりも3世代前のELVeSレーザー（波長980nm）のみ。新しい機器を選択すると、保険は適用されない。最新型（波長2000nm）は、保険適用の機種に比べて水への吸収率が高く、血管内の細胞の処理効率がいため、痛みや治療時間が低減できる。ちなみに、波長の異なるレーザー3機種（980nm、1320nm、2000nm）を対象に、①合併症の発生頻度と程度②術後1、2年後の閉塞率③患者の満足度の3項目を比べた調査では（2010年、日本静脈学会総会）、すべての項目で2000nmが優位だった。「980nmの治療効果が悪いわけではないが、最新型に比べ完成度は8割ぐらい」と阿保院長。より質の高い治療を求めるか、経済的な保険診療を選ぶかは、患者の判断が必要だ。（ライター＝竹下順子）

脚にこぶ状のふくらみができたり、血管がぼこぼこ浮き出たり。下肢静脈瘤は、脚の表面近くの静脈にある逆流防止弁が壊れ、血流がたまることで起きる。妊娠・出産や立ち仕事などで血管が圧迫されたり、月経時のホルモン変化で血管が柔らかくなった時期に弁が壊れやすくなるため、女性に発症が多い。見た目の問題だけではなく、むくみやだるさを引き起したり、重症化すると湿疹や潰瘍にも。また、放置すると周りの血管も壊されていく。根治には病気の血管を焼く、引き抜く、薬で固めるなどの治療が必要だ。従来から保険が適用されていたのは、病気の血管を引き抜く「ストリッピング手術」。

「ストリッピング手術」。麻酔をかけて小さく数カ所にメスを入れるため、入院が必要な場合もなかった「レーザー治療」は、血管内にレーザーファイバーを入れ、レーザーのエネルギで内側から静脈を焼きつぶす。メスは不使用で日帰りも可能。血管を引き抜くダメージがないため、術後の痛みや出血も少ない。「命に関わらない病気なのにストリッピング手術では治療後の負担がそれなりにあるので、悩んでいても治療に踏み切れない人が多かった。だから負担が軽いレーザー治療が保険承認された意味は大きい」と北青山Dクリニックの阿保義久院長。だが今回、保険が適用されたのは、最新型よりも3世代前のELVeSレーザー（波長980nm）のみ。新しい機器を選択すると、保険は適用されない。最新型（波長2000nm）は、保険適用の機種に比べて水への吸収率が高く、血管内の細胞の処理効率がいため、痛みや治療時間が低減できる。ちなみに、波長の異なるレーザー3機種（980nm、1320nm、2000nm）を対象に、①合併症の発生頻度と程度②術後1、2年後の閉塞率③患者の満足度の3項目を比べた調査では（2010年、日本静脈学会総会）、すべての項目で2000nmが優位だった。「980nmの治療効果が悪いわけではないが、最新型に比べ完成度は8割ぐらい」と阿保院長。より質の高い治療を求めるか、経済的な保険診療を選ぶかは、患者の判断が必要だ。（ライター＝竹下順子）

脚にこぶ状のふくらみができたり、血管がぼこぼこ浮き出たり。下肢静脈瘤は、脚の表面近くの静脈にある逆流防止弁が壊れ、血流がたまることで起きる。妊娠・出産や立ち仕事などで血管が圧迫されたり、月経時のホルモン変化で血管が柔らかくなった時期に弁が壊れやすくなるため、女性に発症が多い。見た目の問題だけではなく、むくみやだるさを引き起したり、重症化すると湿疹や潰瘍にも。また、放置すると周りの血管も壊されていく。根治には病気の血管を焼く、引き抜く、薬で固めるなどの治療が必要だ。従来から保険が適用されていたのは、病気の血管を引き抜く「ストリッピング手術」。

脚にこぶ状のふくらみができたり、血管がぼこぼこ浮き出たり。下肢静脈瘤は、脚の表面近くの静脈にある逆流防止弁が壊れ、血流がたまることで起きる。妊娠・出産や立ち仕事などで血管が圧迫されたり、月経時のホルモン変化で血管が柔らかくなった時期に弁が壊れやすくなるため、女性に発症が多い。見た目の問題だけではなく、むくみやだるさを引き起したり、重症化すると湿疹や潰瘍にも。また、放置すると周りの血管も壊されていく。根治には病気の血管を焼く、引き抜く、薬で固めるなどの治療が必要だ。従来から保険が適用されていたのは、病気の血管を引き抜く「ストリッピング手術」。

■下肢静脈瘤の主な四つのタイプ

**伏在静脈瘤**  
脚の静脈で最も太い、表面に近い所にある伏在静脈と深部静脈の合流弁が壊れることで発生。「レーザー治療」や「ストリッピング手術」で治療できる。



**側枝静脈瘤**  
太い伏在静脈から枝分かれした細い分枝静脈に発症するタイプ。血管の逆流が始まる部分を縛る手術や血管を葉で固める「硬化療法」で治療。



**網目状静脈瘤・クモの巣状静脈瘤**  
皮膚の直下に見られる細い静脈が拡張して網目やクモの巣状に浮き出る。血管に硬化剤を注入する「硬化療法」や表面にレーザーを当てて治療が効果的。



**陰部静脈瘤**  
妊娠などをきっかけに卵巣や子宮周囲や、太ももの付け根などにできる静脈瘤。レーザー治療は用いず、「硬化療法」で治療。



（写真提供／北青山Dクリニック）

■レーザー機器による違い

波長	980nm	2000nm
特徴	保険が適用される。最新型に比べると治療効率がやや低い	短時間で処置が可能。痛みや合併症が軽い、保険適用外なので費用が高い
治療回数	複数の血管を処理する場合は、1回の治療で対応できないこともある	複数の血管の処理も1回で治療可能
硬化療法との併用	治療日同日には行えない	必要に応じて、治療日同日に実施可能
手術費（片脚）	5万～7万円（3割負担の場合）	25万～30万円（全額自己負担）
術後の治療満足度※	84%	98%

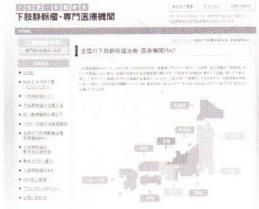
※05年7月～09年6月、治療後の531肢を対象に実施（2010年、日本静脈学会総会で発表、北青山Dクリニックの調査結果）

■信頼できる医療機関を選ぶには？

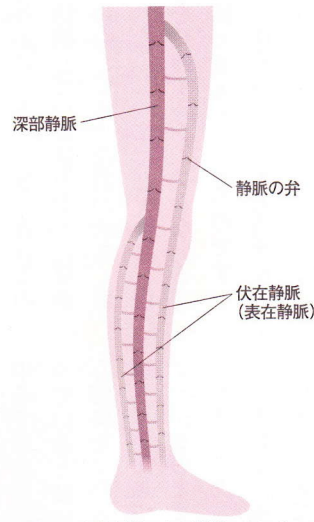
- 50症例以上のレーザー治療実績があること
- 血管外科または外科の医師がいること
- 特定非営利活動法人ドクターズ・ネットワークのサイトも参考に

「ドクターがすすめる下肢静脈瘤・専門医療機関」  
<http://www.varicose-vein.jp/>

一番いいのは血管外科の医師がいる医療機関だが、そうでない場合、外科医でもいい。できれば症例数も確認すると安心だ。



■静脈瘤は皮膚の浅い所にもできる



心臓へと血流を送るため静脈の中にはハの字形の弁があり、逆流を防止している。皮下の浅い部分を通る静脈内の圧が高まり、この弁が壊れると汚れた血液が足元にたまり、血管が拡張して静脈瘤になる。ただ、心臓に戻るほとんどの血液は表面ではなく筋肉の中を通る深部静脈を流れているため、表面の静脈を治療で焼いたり、抜いたりしても機能への影響はほとんどない。

イラスト／三弓素青