

深部静脈血栓症（DVT）について

【深部静脈血栓症（DVT）とは】

避難中の車や避難所の中などで長時間足を動かさずに同じ姿勢でいると、静脈に血の固まりができることがあります。これが深部静脈血栓です。さらにこの血栓が血流によって肺へ流れ、肺の血管を閉塞してしまう状態が肺塞栓症であり、生命の危機に陥ります。

【深部静脈血栓症（DVT）の特徴】

- ・ 深部静脈分布に一致した下肢局所圧痛（圧痛のない場合もある）
- ・ 下肢全体の浮腫（押すとへこむ）
- ・ ふくらはぎの左右非対称性のむくみ
- ・ 大腿から下の脚の発赤
- ・ 突然の発症であること
- ・ DVT既往があること
- ・ 静脈瘤はないのに、血管が皮膚表面に浮き出ている状態

（Wells スコアから引用したDVTの臨床的可能性予測については、ガイドライン8：むくみのマッサージ非適応ガイドラインを参照ください）

【肺塞栓症の特徴】

- ・ 歩行時の息切れ
- ・ 胸の痛み
- ・ 一時的な意識消失
- ・ 片側の足のむくみや痛み

このような特徴を持った方がいらした場合、即座に現場医療職へ報告しましょう。

【予防方法】

- (1) 長時間同じ（特に、車内等での窮屈な）姿勢でいることは避ける
- (2) 歩くなど、足を動かす運動を行う
- (3) 積極的な水分摂取
- (4) 弾性ストッキングを着用する

協力：広島国際大学 救急救命士 諫山憲司先生

参考：厚生労働省作成資料ほか

2016/04/22

災害鍼灸マッサージプロジェクト