

前回に続いて、浮腫みについて考えてみたいと思います。

現代医学の視点から概説すると、下肢の浮腫みは、主に体の排せつ物を運ぶ静脈の流れが悪くなると発生しやすくなると考えられています。栄養分を運ぶ動脈は下行線(体の上から下に流れる)、その反対に静脈は上行線(体の下から上に流れる)ですから重力に逆らって流れていきます。静脈が動脈に比べて流れが悪くなるのは、人間が立って歩くという選択をした時点からの、逃れることのできない宿命なのかもしれません。

重力に逆らって流れる静脈には血液が逆流しないように、静脈弁という安全装置が備わっています。しかし、心臓の血液を引き込む力や、第二の心臓と呼ばれるふくらはぎの筋肉が萎縮すると流れが悪くなります。

動脈と静脈とは構造的に並列している場合が多く、動脈の拍動する力によって静脈は刺激を受け、血液は流れていきます。ふくらはぎやその他の筋肉を鍛えることは、動脈のポンプとしての力を強め、その結果静脈の流れも良くなります。

とりわけ、歩くということは下肢の筋肉を鍛えるので、浮腫みを減らすためには、とても効果のある運動療法です。

前回の宿題になりますが、下肢の浮腫みの左右差について考えてみたいと思います。

東洋医学の陰陽論は、左は陽で気、右は陰で血、と捉えます。それを現代医学に照応させると、清気(酸素や栄養分)を運ぶ動脈系は陽的で軽いイメージ、濁気(二酸化炭素や排せつ物)を運ぶ静脈系は陰的で重いイメージに分類されます。

また心臓が原因による(心因性)浮腫について考えてみたいと思います。

代表的な事例として、左心不全と右心不全とが挙げられます。両者の心拍出量を比較検討してみると、左心不全では右心が静脈血を引き上げることによって、肺に送り込む勢いを維持し、心拍出量を何とか保つ事ができますが、右心不全では肺にも左心にも血液を送り込めないのが心拍出量は左以上に深刻な状態になります。右のほうが左よりも重いというわけです。

下肢における浮腫みの左右差について、大胆に仮説を立ててみると、右足が左足よりもひどく浮腫んでいる状態の方がその逆よりも、重症化しつつあると判断できるのではないのでしょうか。