

## 市民公開講座「知っておきたい血栓症のはなし！ エコノミークラス症候群（静脈血栓塞栓症）にならないために」

実行委員長 名古屋市立大学 看護学部 杉浦和子

本事業は私自身が取り組んでいる研究に関連し、日本血栓症協会の方々と開催致しました。下記にご報告いたします。

期を同じくして発生しました熊本地震では多数の方が被災されました。心よりお見舞い申し上げます。

### 1. 開催概要

- 1) 主催：特定非営利活動法人日本血栓症協会
- 2) 講演：愛知県・名古屋市（一社）医療安全全国共同行動・（一社）愛知県医師会（公社）名古屋市医師会・（一社）愛知県病院協会・（大）名古屋市立大学
- 3) 事業名：名古屋市民公開講座  
「知っておきたい血栓症のはなし！  
エコノミークラス症候群（静脈血栓塞栓症）にならないために」
- 4) 日時：平成28年4月17日(日)13時30分～16時30分
- 5) 会場：名古屋市立大学 3F 大ホール
- 6) 入場者数：236名

### 2. プログラム内容

- 1) 開会の辞 13：30～13：40 協会理事 保田知生
- 2) 愛知県知事あいさつ  
大村秀章（代理：堀井奈津子 副知事）
- 3) 名古屋市立大学病院 挨拶  
副病院長 小椋祐一郎  
副病院長・看護部長 平岡 翠
- 4) 第一部 講演 13：40～14：55
  - (1)「血栓」はなぜできる？治療法は？  
ー血の固まりやすい理由を考えてみようー  
三重大学病院 循環器内科 科長 山田典一  
司会；武田裕  
(名古屋市立大学病院 循環器内科 准教授)
  - (2)予防しよう】  
静脈血栓症にならないためにできること  
浜松医療センター病院長 小林隆夫
  - (3)大切な人を血栓症で失わないために  
肺塞栓症・深部静脈血栓症友の会  
代表 江原幸一  
司会；山田典一  
(三重大学病院 循環器内科 科長)

<休憩および体験>

「高原選手からのビデオレター」

展示コーナー、防災段ボールベッド

- 5) 第二部 パネルディスカッション 15:15～15:55  
「知っておいたら得をする。予防や治療で役立つ豆知識。」

司 会；小林隆夫・杉浦和子

パネリスト；保田知生・山田典一、江原幸一

ほか

- 6) 閉会の辞 15：55～16：00

浜松医療センター病院長 小林隆夫

### 3. 内 容

<開会前> 体験見学コーナー

会場外のブースに以下の体験見学コーナーを設け対応しました。

副知事も大変興味を示されご意見、ご質問を頂戴しました。各コーナーの中でも静脈エコーによる検診は長蛇の列が出来ました。

- 1) 弾性ストッキング (約100足分)…  
弾性ストッキング・コンダクターが対応
- 2) 間欠的空気圧迫法 (フットポンプ3台)…  
メーカー対応
- 3) 静脈エコーによる深部静脈血栓症検診 (1台)…  
臨床検査技師実施
- 4) 段ボールベッド体験 (段暖はこベッド)…  
ダンボール会社責任者より説明



堀井副知事



2016/4/17 19:54:3  
平岡副院長（看護部長）



体験コーナーでの長蛇の列



保田理事長あいさつ

（段ボールベッドは弾性ストッキング、予防法の体験コーナーベッドとしても利用）

<開会>

協会理事長より開会の辞が述べられた後、大村秀章愛知県知事よりご挨拶いただきました（代読および挨拶：堀井奈津子 副知事）。続いて、名古屋市立大学病院よりご出席の副病院長の小椋祐一郎先生と副病院長・看護部長の平岡翠様から、代表し平岡翠様よりご挨拶いただきました。平岡様より、大ホール会場がほぼ満席になることはこれまでにはなかったとお伝えいただきました。



静脈エコーの体験



フットポンプの着用体験

<第一部>

【講演 1】

『「血栓」はなぜできる？治療法は？』と題して三重大学循環器内科の山田典一先生より講演いただきました。血栓症はなぜできるのか具体的な病態生理に始まり、発症時の症状と対処について詳しくお話いただきました。

【講演 2】

「予防しよう 静脈血栓症にならないためにできること」と題し、浜松医療センター病院長の小林隆夫先生より講演いただきました。

具体的には、4月14日夜、16日未明に起こった熊本地震による避難所生活では長時間脚を動かさないこと



2016  
会場の様子



山田典一先生ご講演

や飲水低下による脱水などが問題となることは周知されています。しかし、その中でも特に、高齢、肥満、妊娠中・出産直後、外傷や骨折の治療中、下肢麻痺、がん、慢性の心肺疾患、経口避妊薬服用中、深部静脈血栓や肺塞栓症の既往のある方、血栓性素因（血が固まりやすい体質）のある方などには高頻度に発症しやすいことから、車中泊は短時間に悪条件が揃ってしまうことをお伝えいただきました。対策としては、足首の運動が有効であることを説明いただき、参加者の足元の狭い空間でも出来る運動を行いました。

これらは入院中や手術後も含め、日常生活においても医療安全面に通じる基本的な予防法であり、手術後などには下肢のマッサージや抗凝固薬を使用することについても加えていただきました。



小林隆夫先生ご講演

【講演3】

14年前に帝王切開手術後の肺塞栓症で奥様を亡くされ、現在、肺塞栓症・深部静脈血栓症友の会代表の江原幸一様より、ご講演いただきました。その時のお気持ちや、予防の重要性を説明いただきました。現在病院で行われている理学的予防法（弾性ストッキングや間欠的空気圧迫法）による肺血栓塞栓症予防管理料の算定は、江原様の市民代表としての声と専門家の尽力により、厚労省にかけ合った末に実現していることをお話いただきました。



2016/4/17 14:07  
江原様ご講演

【展示・体験見学】

展示中の防災段ボールベッド「段暖はこベッド」

ジェイパックス株式会社代表取締役の水谷嘉浩氏より説明いただきました。水谷氏は熊本地震の被災地にも段ボールベッドの支援をされており、活動が新聞やテレビで取り上げられています。普及には、人的やシステム上の問題から、未だ十分ではありません。しかし今年度の政府の作成する避難所ガイドライン案に掲載されたこともあり徐々に普及してきております。



段暖はこベッド

肺塞栓症を体験したプロサッカー選手

元Jリーグ日本代表の高原直泰選手からの応援ビデオレターも公開しました。高原選手は2002年に肺塞栓症を発症し、浜松市の病院に救急搬送されました。ワールドカップ代表入りを逃しましたが、体調管理と適切な治療、再発予防を実践し、3ヶ月でプロリーグへ復帰されています。「肺塞栓症は一度起こすと完全に治りにくい病気ですが、適切に予防し体調管理をすれば自身の夢を捨てる必要はない」と、発症された方には前向きな体調管理をすすめられました。さらに自分のような健康で若い人間でもなることがあり、起こす前からできる予防に取り組むことを勧めて頂きました。



## <第二部>

パネルディスカッションでは、司会を務めさせていただきました。これまでにいただいている質問は専門分野の先生方や江原様に回答いただき、血栓症経験者からは経験談と予防についてアドバイスいただきました。



## 質問内容の要約

- ①足にできた血の固まりが心臓や脳ではなく、なぜ肺につまるのか。
- ②エコノミークラス症候群の既往があり、抗凝固薬を服用していた。現在は治療をしていないが近々海外旅行に行くがどうしたらよいのか。
- ③77歳の女性。胃がんの手術を受ける予定。以前に人工関節術を受けた際に静脈血栓症になり脚が腫れ、肺塞栓症を経験した。今回は命がないのではと非常に不安である。
- ④ピルを使用している。最近、足が浮腫みやすくてこむら返りが起こる。処方先の産婦人科に受診したところ、整形外科を紹介された。レントゲンで骨には異常ないと言われたが足の腫れが強くなっているがどうしたらよいのか。
- ⑤不妊治療を受け妊娠した。つわりがひどく脱水になり入院を勧められた。静脈血栓塞栓症にならないためにはどうしたらよいのか。

- ⑥妊娠中、産褥は非妊時よりも血栓症になりやすいのか。
- ⑦血液が固まりやすい体質があり静脈血栓塞栓症の既往がある。現在も抗凝固薬を内服しているが中止は可能なのか。
- ⑧75歳の男性で人工関節の手術を受け弾性ストッキングは長く履くと足がしびれる。弾性ストッキングはどれくらいの期間履いていたらよいのか。もともと着用する前も100mくらい歩くと、足が痛くなり休まなくては歩けなかった。
- ⑨人工関節を膝に入れる予定で、手術前に血液検査と超音波検査を受けて足のふくらはぎに血栓があるらしい。症状は軽度の腫れと痛みがある。現在、抗凝固薬内服中であるため、一旦中止して手術を受けるが、安全に受けることができるか。
- ⑩看護師の井原さん。医療従事者でありながら、意識を失う肺塞栓症を発症。予兆はあったのか。また、すぐに肺塞栓症になったと気づけていたのか。発症してから自身で出来る対処法はあったのか。患者さんや家族のできる予防・準備できることは何か。

## 4. アンケート結果

- ①今回の市民公開講座はどこで知ったか
  - 9割 …… 中日新聞
  - 1割 …… チラシ、知人の紹介
- ②これまでに静脈血栓塞栓症の経験の有無
  - 7割 …… なし
  - 1割 …… あり
  - 2割 …… 分からない
- ③血栓症がなぜ出来るのか理解できたか
  - 9割 …… 分かった
  - 1割 …… 回答なし
- ④大切な人を血栓症で失わないためについて理解できたか
  - 9割 …… 分かった
  - 1割 …… 回答なし

- ⑤血栓症の予防は理解できたか  
 9割 …… 分かった  
 1割 …… 回答なし
- ⑥今後もこのような市民向けの会があれば案内を希望するか  
 8割 …… 案内してほしい  
 2割 …… どちらともいえない、回答なし


自由記述：良い機会で勉強になった。医療者からの話、患者の家族サイドからの話、経験して乗り越えてきた人のビデオレター、展示の体験コーナーと多岐にわたり、飽きることのない学びができました。この様な重篤な病気がある事を初めて知りました。エコノミークラス症候群という言葉はよく耳にしますが、ちゃんと理解できていませんでした。本日は講座を聞いて、医学に素人なりに理解できた様に思います。考えていたより、恐ろしい病気なのだというのが感想です。これからも啓発活動にご尽力をお願いいたします。

## 5. おわりに

今回このような大々的な企画の実行委員長を仰せつかりました。幸いなことに県知事よりご挨拶いただく（代読 副知事）とともに、血栓症について副知事に大変興味をもっていただき、ブースの見学、講演を最後までお聞きになられたいと公務をご調整いただけ大変感謝申し上げます。また、大ホールでの開催では、これまでにない参加者数であったこと、大変分かりやすくお伝えいただけのような講演でもあったことは大変光栄に思います。しかし、参加申し込みについては、応募期間から間もないうちに定員に達してしまい、多数お断りせざるをえなかったことは大変申し訳なく思っております。今回の参加者の方々には、そのような方々のためにも当日の内容について周知をお願いさせていただきました。

この他、今回の市民講座から本日までに愛知県、名古屋市と段ボールベッド（段暖はこベッド）の協定を締結できる運びになり、皆様に少しでもお役に立てましたこと重ねて感謝申し上げます。

今回の盛会に満足せず、これからも努力してまいります。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



## 市民公開講座


# 知っておきたい血栓症のはなし！

## エコノミークラス症候群（静脈血栓塞栓症）にならないために

日時： 平成28年4月17日  
13時30分～16時00分

場所：名古屋市立大学病院  
病棟中央診療棟3階 大ホール  
名古屋市瑞穂区瑞穂町字川澄1番地

主催： 特定非営利活動法人 日本血栓症協会  
後援： 愛知県・名古屋市・(公社)愛知県医師会  
・(一社)名古屋市医師会・(一社)愛知県病院協会  
・(一社)医療安全全国共同行動



Japanese Thrombosis Association  
特定非営利活動法人 日本血栓症協会

## プログラム

**13時 開場 & 受付開始**  
『予防法体験コーナーと資料展示、防災段ボールベッドの展示 & 体験』  
予防法体験コーナーでは弾性ストッキングと間欠的空気圧迫法、静脈エコー検査などを体験できます。また、防災段ボールベッド体験コーナーも併設しています。ベッドは予防法体験コーナーの医療機器を使用する場所として活用させて頂いています。

**13時30分 開会** 総合司会 椎名昌美 近畿大学東洋医学研究所 講師  
開会の辞 日本血栓症協会 理事長 保田知生  
知事挨拶 大村 秀章 代理出席 副知事 堀井 奈津子  
講演《13:40～14:25》

**1 「血栓」はなぜできる？ 治療法は？**  
司会 武田 裕 名古屋市立大学病院 循環器内科 准教授  
山田 典一 三重大学循環器内科 科長

**2 【予防しよう】静脈血栓症にならないためにできること**  
司会 山田 典一 三重大学 循環器内科 科長  
小林 隆夫 浜松医療センター 病院長

**3 大切な人を血栓症で失わないために**  
司会 保田 知生 近畿大学医学部 外科 講師  
江原 幸一 肺塞栓症・深部静脈血栓症友の会 代表

展示コーナー説明と休憩：《14:25～14:40》

**1 予防医療機器の説明** 椎名昌美 近畿大学東洋医学研究所 講師  
**2 防災段ボールベッド『段履はこベッド』の紹介**  
全国段ボール工業組合連合会 防災担当アドバイザー 水谷 嘉浩

元Jリーグ日本代表の高原直泰選手ビデオレター《14:40～14:55》  
司会：保田 知生 近畿大学医学部 外科 講師

**休憩と機器展示 《14:55～15:15》**

パネルディスカッション《15:15～15:55》  
司会 小林隆夫 浜松医療センター 病院長  
杉浦和子 名古屋市立大学医学部看護学科 講師  
『知っておいたら得をする。予防や治療で役立つ豆知識』  
事前用意質問に回答する形でそれぞれの専門家が疑問にお答えします。


**パネリスト**

山田 典一 三重大学循環器内科 科長  
保田 知生 近畿大学医学部 外科 講師  
高井 洋次 藤田保健衛生大学 放射線部  
江原 幸一 肺塞栓症/深部静脈血栓症友の会 代表  
井原 美栄子 看護師 重症肺塞栓症体験者


閉会の辞 日本血栓症協会 理事(顧問) 小林隆夫

**見学&体験コーナーに展示されている予防機器 一覧**

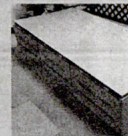
弾性ストッキングと間欠的空気圧迫法は着体験できます。(持ち帰り不可)  
展示コーナー運営協力：いわた血管外科クリニック




弾性ストッキング



間欠的空気圧迫法 IPC



段履はこベッド：提供(株)セツカートン



超音波検査装置(静脈エコー)  
超音波検査士による膝の裏(膝窩)とふくらはぎ部分の静脈エコーを見学あるいは体験できます。

数と時間に限りがあります。体験希望多数の場合は先着順とさせていただきます。

- 74 -