

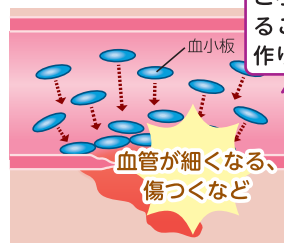
血液の流れと病気

●止血のしくみと血栓

もともと体には、ケガをしたら血を止める（止血）ためのしくみが備わっており、血管が傷ついても、すぐに血小板による**一次止血**とフィブリンによる**二次止血**のしくみが働きます。

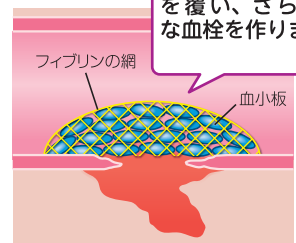
しかし、動脈硬化や血液のよどみなどをきっかけに、この「血を止める」しくみが誤って働くと、血管内で血栓（けっせん：血のかたまり）が形成されることがあります。

一次止血



血液中の**血小板**が主役となって行なう止血です。血管の異常なところに集まり、結合することで動脈血栓を作ります。

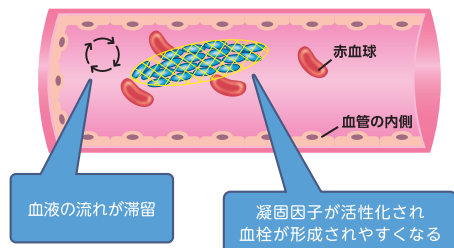
二次止血



血液凝固因子が働き、**フィブリン**という網状の膜が血小板全体を覆い、さらに強力な血栓を作ります。

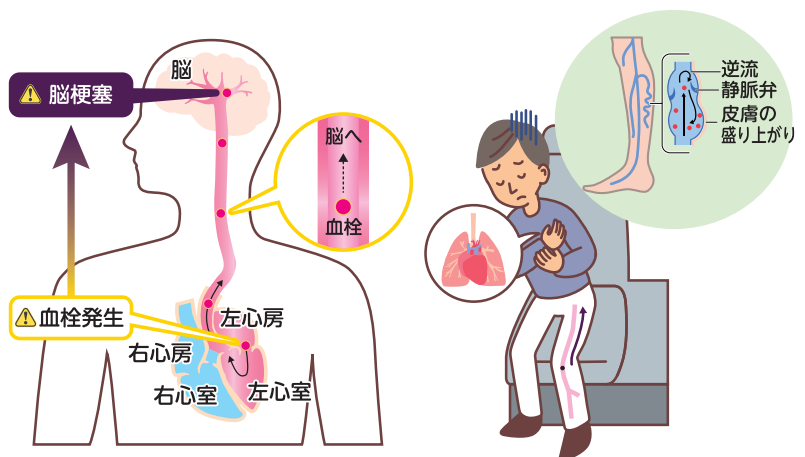
●静脈のうっ滞と塞栓症

心房細動や下肢静脈瘤などによって血液の流れが阻害されたり、長時間同じ姿勢を取り続けると、**静脈**などの血流が遅い、あるいはうっ滞しやすい部位では、血液凝固因子が活性化することでフィブリンによる血栓が形成されやすくなります。



形成された血栓は、血流によって移動し「**塞栓**（そくせん）」とよばれます。塞栓は、脳や肺・心臓等の大きな血管を詰まらせたり、下肢の静脈を詰まらせたりすることで、**脳梗塞**や**心筋梗塞**、**肺血栓塞栓症**の原因になったり、太ももやふくらはぎ全体が赤黒く腫れたり痛んだりする原因となります。

次のような場合に血栓・塞栓症の予防が重要とされています。

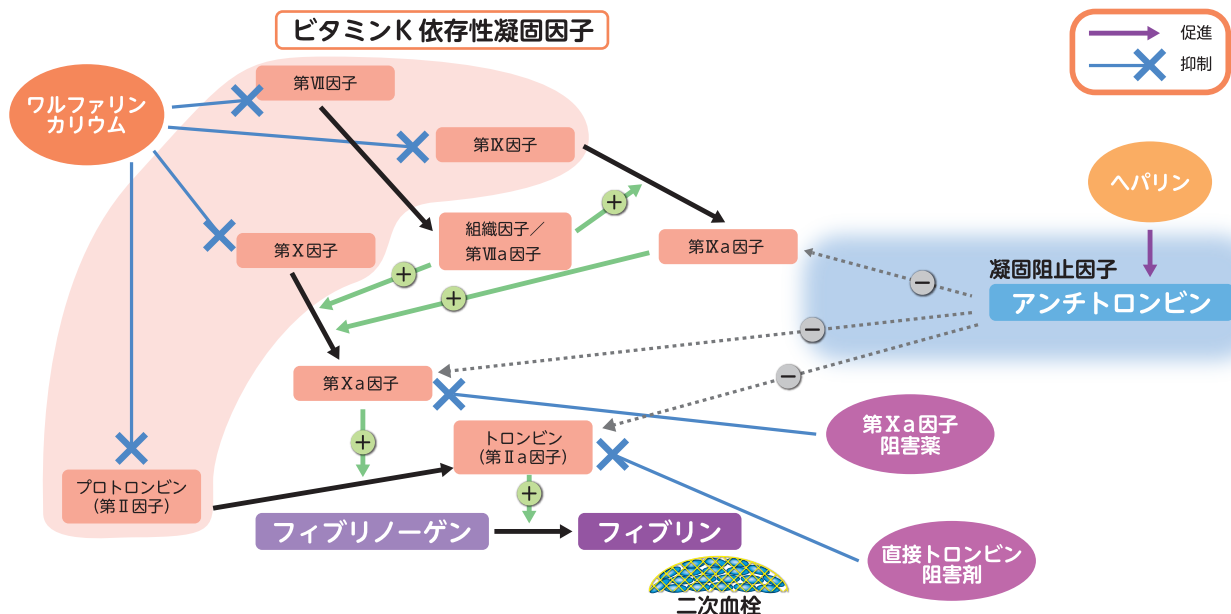


▲ 脳梗塞や心筋梗塞、肺血栓塞栓症、塞栓症リスクの高い不整脈

▲ 静脈血栓塞栓症

お薬の作用点

血栓形成の原因となるフィブリンは、複数の血液凝固因子の連鎖反応により活性化されます。この連鎖反応を阻害することで、血栓・塞栓症を予防する薬剤が抗凝固薬です。



血液の流れを良くする薬一覧

分類	一般名	薬のはたらき	主な副作用
血液凝固因子産生抑制	☐ ワルファリンカリウム	肝臓でビタミンKに働き、血液を固める物質（ビタミンK依存性凝固因子）の生成を抑えることで血液を固まりにくくします。	出血、脱毛、じんましん
第Xa因子阻害薬	☐ リバーロキサバン ☐ アピキサバン ☐ エドキサバン	直接第Xa因子の活性を阻害することでトロンビンの生成を抑制し、血液を固まりにくくします。	出血、肝機能障害、腎機能障害、黄疸、頭痛、手足のしびれ、貧血、めまい
直接トロンビン阻害剤	☐ ダビガトラン	直接トロンビンの活性を阻害し、血液を固まりにくくします。	消化不良、下痢、上腹部痛、鼻出血、悪心
血液凝固阻止剤	☐ ヘパリン	血流中のアンチトロンビンを活性化し、血液の凝固阻害作用を強め、血液を固まりにくくします。	血圧低下、出血、徐脈、不整脈

血栓形成を抑制するために、お薬は飲み続けることが大事

自己判断で服用をやめたり、服用方法を変更したりしないようにしましょう。飲み忘れ防止には、お薬カレンダーや薬ケースも上手に利用しましょう。



お薬の服用中は血が止まりにくくなっています

◆ケガ：
タオルなどで10分程度、しっかり押さえる（圧迫止血）



◆鼻血：
下を向いて5分程度、鼻をつまむ

小鼻を
圧迫



適切な止血方法をしても、血が止まらない場合にはすぐに医師に連絡しましょう。

こんなときはお薬手帳を医師・薬剤師に見せてください

- ✓ 歯の治療を受けるとき
- ✓ 手術を受けるとき
- ✓ 内視鏡検査・治療を受けるとき
- ✓ 市販薬、サプリメントの購入をするとき
- ✓ 救急搬送されたとき



服用しているお薬の種類によって、一時休業したり、治療の時期を調節したりすることがありますので、医師の指示通りに服用しましょう。

こんな症状があれば医師・薬剤師に相談しましょう

皮膚出血、青あざができる・広がる、便が黒くなる、血尿、説明のつかない歯ぐきの出血・鼻血、適切な止血方法をしても血が止まらない、等

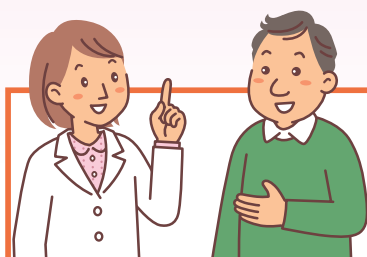


寒暖差や脱水症状に注意しましょう

寒暖差は、血圧の急激な変動を引き起こすため、冬場の浴室や脱衣所では暖房を活用したり、廊下やトイレに行くときは上着を一枚追加しましょう。また、脱水症状は脳梗塞リスクになりますのでこまめに水分補給をしましょう。

食物との相互作用に注意が必要な場合があります

ワルファリンを服用中は、ビタミンKを含む食品の大量摂取は控えましょう
例）納豆、クロレラ、青汁、パセリ、ほうれん草、ブロッコリーなど



塞栓症の発症・再発につながるため、自己判断でお薬の服用方法を変更したり、服用をやめたりすることは絶対にしないでください。
服用について不安があれば、医師・薬剤師に相談しましょう。