



エコノミークラス症候群

「飛行機のエコノミークラスに長時間乗って、着陸して席を立ったときに、急に呼吸困難やショックを起こして、時に死亡することがある」という話を聞いたことがありますね。

今回はエコノミークラス症候群について解説します。



はじめに

エコノミークラス症候群は正式には、急性肺血栓塞栓症きゅうせいはいけつせんそくせんしよつといいます。発症頻度としては、年間10万人あたり3人ほどなので、多い病気ではありませんが、近年急速に増加しています。

原因

血栓塞栓症とは、血栓がどこからか飛んできて、血管を詰まらせてしまうという意味です。急性肺血栓塞栓症の原因となる血栓は、足の静脈にできる静脈血栓です。

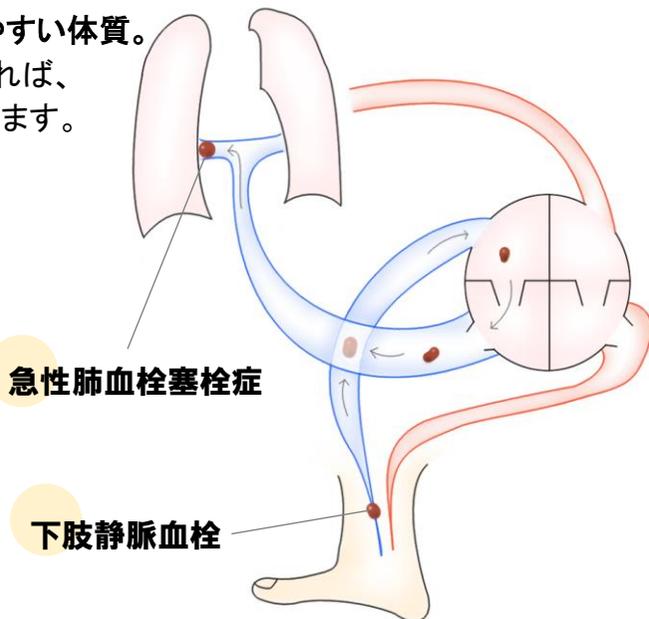
足に血栓ができる理由としては、

- ①足を長時間動かさないことで、足の静脈に血液がうっ滞すること。
- ②もともと足に静脈瘤があって、うっ滞を起こしている。
- ③先天的に血栓を作りやすい体質。

があり、この要因が複数あれば、より血栓を形成しやすくなります。

形成された静脈血栓が、足を動かすことによって血栓を血管壁から剥がします。

これが血流に乗ると、まず心臓に運ばれ、次いで肺動脈に行き、血管を閉塞します。



症状

小さな血栓塞栓では無症状のことも多いといわれます。ある程度以上の大きさの血栓が肺動脈を閉塞すると、約80%の人で、突然、呼吸困難が出現します。これは詰まった分、肺に行く血液が減るので、その分ガス交換が進まなくなるからです。もちろん大きな血栓が肺動脈の根元を詰まらせれば、窒息状態となり、死に至ります。

その他、50%に胸痛が、25～30%に不安感、冷汗、失神、動悸などがみられます。

診断

息切れがひどい割に、胸部レントゲン写真に異常はみられず、酸素飽和度（私が診察の時に指にはさむのが測定装置です）を測定して、低下していれば、この病気を疑うことになります。

心電図や心エコー図検査で、特徴的な所見が見られることがあるのと、心疾患との鑑別ができます。

そして、造影CT検査をすれば確定診断となります。



治療

症状が軽い患者さんには、抗凝固薬を投与して、これ以上血栓が形成されるのを防ぎ、自分の力で血栓が溶けるのを待ちます。

広範囲に塞栓症を起こしている患者さんには、血栓溶解剤投与して、積極的に血栓を溶かします。

症状が重篤で、内科的治療を行う余裕が無い場合は、外科的手術やカテーテルを用いて直接血栓を取り除きます。

バス、飛行機などの狭い座席で長時間同じ姿勢を強いられる場合には、時々かかと上げなどの足の運動を行い、うっ滞を防ぐことが重要です。また、下肢に静脈瘤がある方は、あらかじめ弾性ストッキングを履いておくことも必要と考えます。

そして、脱水は血栓形成を促します。トイレに行くのが嫌だからといって、飲水量を減らすのは危険ですから、飲水はしっかり行ってください。