

はいけっせんそくせんしょう 肺血栓塞栓症の予防法

自ら行う

肺血栓塞栓症(エコノミークラス症候群)とは

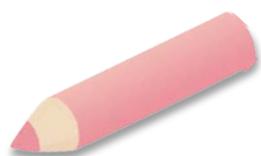
肺の血管に血栓（血のかたまり）が詰まって、突然、呼吸困難や胸痛、動悸（ドキドキする）などを起こす病気です。

※この病気は、長時間飛行機に乗った際に足の血流が悪くなり起こったことから「エコノミークラス症候群」とも呼ばれています。

どうして
起こるの？

入院後、ベッド上で足を動かさないでいると、足の血の流れが悪くなり、血栓ができやすくなります。その血栓が何らかのきっかけで肺まで流れて起こります。

肺血栓塞栓症を 予防するためにできること



出来る範囲で足先を前後に動かしましょう。

そうすることで足の筋肉が動き、
血のめぐりがよくなります。

POINT !

※足首を動かすことについては、医師の許可を得てから実施しましょう。



こんなときは？

いつもと違う症状

- 息苦しさ
- 胸痛
- 動悸（ドキドキする）
- 足の痛み
- など

があったときは、医師・看護師に伝えましょう。

医療機関名