



# けいひん薬局 かわら版

## ～皮膚の色の変化(あざなど)に注意しましょう～

### あざとその予防法

高齢者は血管や皮膚が弱くなるため、少しぶついただけでもあざができることがあります。(これを老人性紫斑といいます)このタイプのあざは時間が経つと消えていきますので、受診する必要はありません。一方で、飲んでいるお薬の「血液をさらさらにする薬」(例: バイアスピリンなど)であざができやすくなることがあります。服用していて気になる場合は処方元の先生に相談しましょう。

血管の健康を保つ食事であざを予防することができます

- \* さんま、さば、いわしなど・・・動脈硬化を防ぐ 
- \* 野菜や果物・・・血管の健康を保つビタミンを含んでいる 
- \* 塩分の摂りすぎにも注意しましょう

### こんな症状には要注意

ぶつけていないのに皮膚の色に変化が出たら、病気のサインかもしれません。以下のような変化は病気の可能性が考えられますので、受診しましょう。

- \* ひざから足首まで変色し腫れる  
…蜂窩織炎(ほうかしきえん) ⇒ 右の写真
- \* 細かな点のようなあざが複数できる  
…血管炎、血小板減少症
- \* 足の親指などが赤黒く腫れる…痛風



蜂窩織炎