

エコノミー症候群の予防方法

血液をサラサラにする薬を飲んでいる患者は健常人に比べてエコノミー症候群にかかりやすい。発症すれば命に係るため、いかに予防するかが大切です。

Point

- ① 意識的に水分をとる
 - ・ アルコール ・ コーヒーは極力さける
- ② ゆったりした服を着る
 - ・ 旅行中は着圧ストッキングがおすすめ
- ③ 1時間毎にストレッチ
 - ・ 足を動かす ・ 揉む ・ 地団駄をふむ
- ④ 喫煙 ・ 過労に注意！

長時間座る姿勢が続けば最短5時間で発症する可能性があります。

薬剤師がお届けする最高の指導せん



エコノミー症候群の予防方法

血液をサラサラにする薬を飲んでいる患者は健常人に比べてエコノミー症候群にかかりやすい。発症すれば命に係るため、いかに予防するかが大切です。

Point

- ① 意識的に水分をとる
 - ・ アルコール ・ コーヒーは極力さける
- ② ゆったりした服を着る
 - ・ 旅行中は着圧ストッキングがおすすめ
- ③ 1時間毎にストレッチ
 - ・ 足を動かす ・ 揉む ・ 地団駄をふむ
- ④ 喫煙 ・ 過労に注意！

長時間座る姿勢が続けば最短5時間で発症する可能性があります。

薬剤師がお届けする最高の指導せん

