

# 弾性ストッキングについて



院長 渋谷 慎太郎  
しぶたに

血管外科

## 川崎鶴見 血管外科 クリニック

TEL: 044(223)6230

川崎市幸区大宮町5-6  
コ・オリナ・ビル4階



弾性ストッキングをはくことで、足のむくみや冷えを改善させることが出来ます。締め付けることで血流が悪くなるのでは？と誤解されている方が多いのですが、血流が悪くなるほどに強く締め付けるわけではありません。適切な圧力で足首からふくらはぎを圧迫することで皮膚や筋肉の血流が改善され、むくみや冷えを改善させることができます。ドラッグストアや通信販売でたくさんのおストッキングが販売されていますが、締め付ける圧力やサイズが色々で個

人にあつた物を探すのが困難です。病院で扱っているストッキングは、血流をよくするために足首から順に圧力が計算されており、市販のものとは効果が異なります。また、足の長さや太さは人によって異なりますので、きっちり足のサイズを測定して、その人に合ったものを選ぶことが重要です。購入する際には、必ず試着してみるのことが大切です。せっかく購入したのにうまくはけない、サイズが合わないのでは意味がありません。