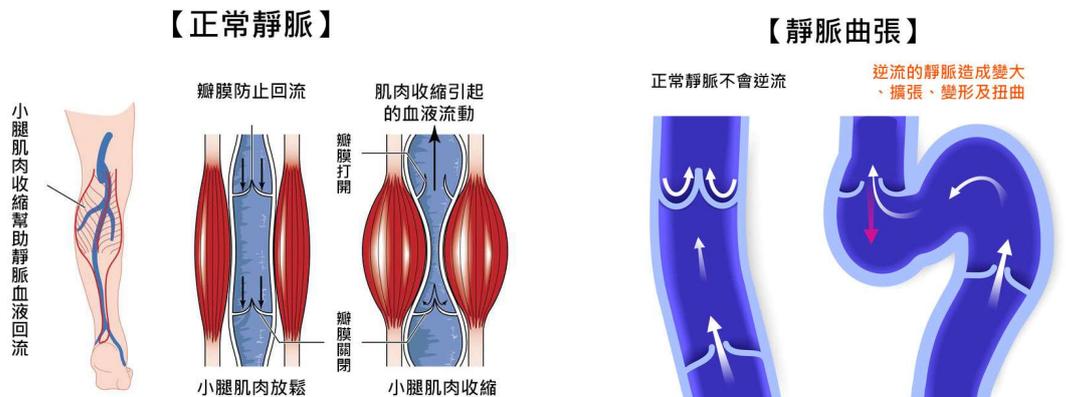


下肢靜脈曲張

■疾病簡介



- 靜脈是將人體血液帶回心臟的器官，而平時多站及坐，下肢的靜脈就必須利用小腿的肌肉當作幫浦，配合靜脈內瓣膜當作單向閥防止血液逆流，以抗地心引力助血流回心臟。
- 靜脈曲張即是靜脈管壁或是瓣膜缺損導致血液無法完全回流而導致蜿蜒及曲張，其中包括原發性及續發性靜脈曲張。原發性與靜脈結構不佳、長期久站、肥胖及懷孕有關，續發性則可能因深部靜脈功能不良或壓迫，形成血栓所致。
- 根據美國心臟協會(AHA)統計，有超過23%的成年人都有此問題，且女生多於男生，並好發於大隱靜脈及小隱靜脈。

■常見症狀

- 大部分是沒有症狀的，症狀的嚴重度與疾病嚴重度無關。
- 常見腿部疼痛、腿部腫脹及腿部外觀有腫脹的靜脈，嚴重者形成靜脈血栓

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

■檢查

- 逆行性充盈試驗：評估靜脈瓣膜功能。
- 杜卜勒超音波血流計量器；評估血管之血流量及血流速度。
- 抗阻體積描記法：評估靜脈回流之變化。
- 電腦斷層掃描：評估深淺靜脈或交通靜脈間是否異常。

■處置

- 血管內雷射：藉由針頭將導管引入血管內，雷射汽化不正常的大隱靜脈血管壁，以逆流。
- 注射硬化劑：藉由針頭將泡沫狀的硬化劑注射入大隱靜脈或小腿靜脈，以防止靜脈血液逆流。
- 支持治療：穿全腿彈性襪、運動(散步或游泳)。
- 外科手術：血管結紮與剝除術。

*手術治療後24小時內腿部抬高15度、24小時後可恢復正常活動、7天內避免用力、下床時應穿著彈性襪。

■居家保健

- 穿著壓力襪：因職業需長時間久坐、久站的人，可以穿著一般的壓力襪，預防、避免靜脈曲張變嚴重。
- 規律運動：運動可促進血液循環，改善下肢血管壓力過大的情況，也建議在睡前將雙腿抬起（高於心臟）約10～15分鐘，幫助下肢血液回流。
- 控制體重：控制體重可以舒緩下肢壓力。
- 注意姿勢、生活習慣：平時維持良好的姿勢，改掉翹腳、二郎腿的習慣，並維持規律的生活，避免熬夜、飲酒和抽菸，都有助於預防靜脈曲張。

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

■ 緊急返院提醒

傷口出血或紅、腫、熱、痛時請返院就醫。

■ 複習一下

問題1：() 生活中盡量避免久坐、久站，若是工作需要維持固定站姿，可以穿上彈性襪。

問題2：() 發現靜脈曲張要早期治療手術後可恢復正常活動下床時應穿著彈性襪。

問題3：() 如果有體重過重的問題，建議要減重。

正確答案

問題1：○ 問題2：○ 問題3：○

參考資料：

https://www.uptodate.com/contents/lower-extremity-chronic-venous-disease-beyond-the-basics?source=related_link#H6

諮詢電話：(02)2737-2181 分機 8011

制訂單位/制(修)訂日期：10A病房/1111102

PFS-8100-639



本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮