

静脉曲张, 你知道多少

本报通讯员 高娜 本报记者 马玉梅

站久了, 小腿酸胀、发麻; 晚上睡觉总觉得腿累, 放在哪儿都不舒服; 天气不冷, 也常常抽筋……遇到这些情况, 很多人会以为是太累了, 休息一下就好。事实上, 这有可能是静脉曲张找上门了。

1 什么是静脉曲张

下肢静脉曲张俗称“蚯蚓腿”, 是由于久站久坐, 或先天性静脉管壁薄弱、静脉瓣膜功能不全, 导致血液在静脉内蓄积, 静脉内压力增大而出现的静脉迂曲扩张。

瓣膜功能不全, 导致血液在静脉内蓄积, 静脉内压力增大而出现的静脉迂曲扩张。

从外观上来看, 它多表现为扭扭曲曲像蚯蚓一样的青筋突起, 有时还会出现小腿皮肤

萎缩、脱屑、色素沉着等。尽管不痛不痒, 但它不仅影响美观, 还会给身体带来潜在危害。

2 静脉曲张为何找上门

静脉曲张的发病机制分为内因和外因:

内因

腿部的静脉中有很多“静脉瓣”, 像是很多单向阀门, 帮助静脉血液回流到心脏, 防止血液倒流。但这些静脉瓣会因为一些原因受损, 瓣膜关闭不严, 造成血液倒流, 从而

而导致下肢静脉血液瘀滞, 形成静脉曲张。

因此, 若是因遗传先天性静脉壁薄弱, 静脉瓣发育有问题, 静脉曲张就易找上门。另外, 随着年纪增长, 静脉也会随之出现异常扩张, 导致静脉曲张。

外因

长期站立的人站久了就

会使静脉扩张, 瓣膜无法合上, 血液难以回流, 就易形成静脉曲张。

A、久坐 会导致盆腔充血, 给下肢带来更大的压力。跷二郎腿、盘腿等坐姿也非常容易压迫到腘窝处的静脉, 影响血液回流。经常保持这些坐姿的人, 也要小心患上静脉曲张。

B、慢性咳嗽和便秘 此类症状的人会无形之间增加腹腔的压力, 也会影响下肢静脉回流。

C、肥胖、妊娠期 这虽然不是直接原因, 但是过重的力量压在腿上可能会造成腿部静脉回流不畅, 使静脉扩张加重。

3 静脉曲张的发展历程

在医学上, 静脉曲张被人为地分成了 7 个阶段:

0 期 这是静脉曲张症状最轻, 也易被忽视的阶段。一般表现为腿腿酸胀、无力、脚肿、易抽筋。

1 期 血管扩张期, 这个阶段的静脉曲张通常表现为下肢毛细血管扩张、网状静脉曲张、蜘蛛网状静脉曲张。

张、蜘蛛网状静脉曲张。

2 期 这个阶段的静脉曲张表现为皮下浅静脉持续性扩张, 下肢出现“蚯蚓状”弯曲的血管, 通过肉眼即可看见。这个阶段的静脉曲张患者, 可以不进行手术治疗, 但一定要改正久站久坐、跷二郎腿等不良

习惯, 以减缓病情发展速度。

3 期 这一时期开始出现并发症, 会出现局部皮肤瘙痒的症状。

4 期 腿上皮肤开始出现湿疹、色素沉着等症状。

5 期 腿上皮肤出现溃疡, 如果保养得当, 溃疡就可以愈合。

6 期 这个阶段的溃疡无法愈合, 常常流脓淌水。

专家提醒: 静脉曲张一旦判断有可能发展, 可以考虑早期微创手术, 不但痛苦少、恢复快, 而且复发率也小; 如果病情发展到 3 期以后, 手术效果就会大打折扣。

4 静脉曲张的并发症有哪些

最初, 肢体皮下会出现毛细血管扩张, 时间长了会出现皮下血管扩张、迂曲成团, 若不积极治疗, 常可在小腿下段及踝部出现皮肤色素沉着、皮炎湿疹、和溃疡形成, 还可因曲张静脉破裂而导致出血。

如果出现以下症状, 很可能是静脉曲张盯上你了:

痒 下肢局部刺痒, 严重时会出现皮炎或湿疹, 使刺痒加重, 甚至无法忍受。

疼 表现为小腿抽筋, 轻度水肿。

沉 行走一段时间后, 会出现腿肚子发沉、发胀的感觉, 往往是晨轻暮重。有时还会造成小腿, 特别是踝部皮肤

水肿。

硬 表现为皮肤脱屑、发红、变紫, 甚至发黑, 皮肤失去弹性变硬。

烂 开始可能只是有炎症液体渗出, 继而发生溃疡, 不见好, 越烂越大, 越烂越深, 最终皮肤全层坏死, 俗称“老烂腿”。

更可怕的是, 静脉曲张可能导致猝死。

如果静脉曲张长期没有得到控制, 静脉血液就会在下肢深静脉血管内凝块, 形成深静脉血栓。如果猛然运动, 血栓就可能脱落, 顺着静脉流至心脏, 再从心脏流入肺动脉, 造成肺栓塞。

5 静脉曲张的高发人群

从事久站久坐职业的人如教师、司机、医务人员、公司职员、体力劳动者等, 血流受到重力的持续作用导致回流,

返流的血液长期对静脉瓣膜造成压力, 慢慢地也会出现瓣膜功能不全, 静脉高压导致曲张。

老人 老人年龄大, 血管弹性降低, 血管壁张力下降, 静脉瓣膜功能不全, 从而导致静脉曲张。

慢性便秘患者 长期便秘导致排便困难, 增加腹压, 也会对血液回流形成阻碍, 诱发或加重静脉曲张。

6 静脉曲张四个“微创”的治疗手段

泡沫硬化剂注射疗法 适用于下肢静脉曲张的早期, 安全有效、损伤小、不开刀、不住院、随治随走。

静脉射频消融闭合术 当前国际、国内治疗静脉曲张最微创领先的方法是静脉射频消融治疗。射频消融治疗指在超声引导下, 射频消融导管经

皮肤导入病变静脉, 使病变静脉闭塞。完美无疤痕, 即做即走, 无需住院, 1 天后, 即可恢复正常生活。

微创抽剥法联合大隐静脉高位结扎术 适用于大隐静脉主干逆流同时合并明显浅表静脉曲张, 采取微创抽剥法, 此法最大优势就是手

术创伤小, 一般切口缝合只需一针, 术后并发症的风险大大降低。

中医内外治结合 下肢静脉曲张合并静脉炎、淤积性皮炎(小腿皮肤变黑)、淤积性溃疡(老烂腿)的患者, 可使用痔疮病科经验方槐米浮萍丸、四妙活血丸、益气消冲丸

等内服。

对于局部淤积性皮炎、静脉炎, 外用金黄膏、解毒化瘀膏等, 可有效地治疗静脉曲张导致的水肿与静脉炎。

合并慢性小腿溃疡者, 酌情使用化腐生肌膏, 有利于缩短病程, 加速溃疡愈合。

7 静脉曲张的预防

静脉功能锻炼 坐在椅子上, 抬起一条腿, 与地面平行。脚板向下压直, 停留 5 秒, 再将脚板施压向身体方向躬起, 保持 5 秒。

减轻腿部压力 除非迫不得已, 连续站立的时间尽量不要超过 1 小时, 最好每隔半小时走动几步。站立时, 略微叉开腿, 以免肌肉紧张。

如果有静脉曲张, 就不要参与类似跳广场舞、爬山、远足等活动。

正确使用“弹力袜” 弹力袜分预防型及治疗型。以预防

为目的的人或者轻度患者, 可选用预防型(压力较低); 中重度患者建议选择治疗型, 即足踝部压力为 20 毫米—30 毫米汞柱。建议在医生指导下购买。

专家介绍



于亚娜

沧州中西医结合医院(市二医院)疮疡脉管病科主任。

从事周围血管疾病研究工作 20 余年, 运用中医辨证治疗下肢深静脉血栓、动脉硬化闭塞症、糖尿病足坏疽等慢性周围血管疾病有丰富的临床经验。擅长下肢静脉曲张射频消融微创手术及各类并发症的处理。

科室简介

沧州中西医结合医院(市二医院)疮疡脉管病科

沧州研究与治疗周围血管病历史悠久, 在上世纪 50 年代, 著名老中医释迦宝山运用“四妙勇安汤”治疗脉管炎疗效卓著, 享誉海内外, 受到全国医学专家的重视。历经 60 载, 经过几代沧州脉管病人的开拓努力, 奠定了沧州在国内脉管病治疗领域的领先地位。目前, 沧州中西医结合医院疮疡脉管病科是我市唯一一家以中西医结合为特色的系统规范诊治脉管病的专科科室, 已经发展为集临床、科研、教学于一体的中西医结合重点专科和沧州市重点中医专科。科室技术力量雄厚, 目前拥有周围血管病专家 3 名、硕士研究生 7 名, 诊疗设备先进, 并通过先进的 CTA、MRA、DSA 等检查技术, 及时为患者制订明确的诊疗方案。

疮疡脉管病科继承和发展中西医结合特色和优势, 研发了系列治疗脉管病内服及外用的特色专科制剂, 享誉华北地区。近年疮疡脉管病科积极引进射频消融技术治疗下肢静脉曲张, 此法为当前国际、国内治疗静脉曲张最微创有效的方法。由于仅需局部麻醉, 几乎没有手术切口, 因此治疗可以在门诊进行。治疗结束后, 仅需局部包扎并穿弹力袜, 可以立即下地行走。此法具有微创、美观并缩短住院周期的优势, 获得广大患者的一致好评, 处于省内领先水平。此外, 疮疡脉管病科联合运用球囊扩张放置支架、介入置管溶栓、下腔静脉滤器置入等血管介入性诊疗技术及激光微创手段治疗周围动、静脉疾病, 中西医优势互补, 标本兼治, 临床疗效显著。

诊疗范围:

周围动脉性疾病 动脉硬化性闭塞症、糖尿病足、血栓闭塞性脉管炎、动脉栓塞、多发性大动脉炎、雷诺氏症、红斑肢痛症等。

周围静脉性疾病 静脉曲张、血栓性浅静脉炎、深静脉血栓形成、原发性深静脉功能不全、下肢慢性溃疡(老烂腿)等。

淋巴系统疾病 淋巴管炎、丹毒、慢性淋巴水肿等。

各种急慢性创面 皮肤溃疡、压疮、骨髓炎及窦道及慢性难愈性创面。

出诊时间: 每周四

出诊地址: 沧州中西医结合医院(市二医院)本部疮疡脉管病科(门诊一楼 102 诊室)

咨询电话: 18031783166

门诊电话: 2078001