

腿凉怕冷疼痛，警惕血管病变

本报通讯员 姜宗芳

本报记者 马玉梅

周围血管包括外周动脉、静脉和淋巴管，中医称之为经脉、脉管，故周围血管疾病称为脉管病。随着社会人口的日益老龄化以及糖尿病人的增多，脉管病发病率越来越高。部分脉管病能造成截肢，其严重程度使得脉管病越来越得到重视。许多脉管病患者早期出现肢体畏寒、怕冷、麻木等症状，甚至夜间腿抽筋、疼痛或足踝水肿，休息后不能缓解，往往被认为缺钙、类风湿关节炎、腰椎疾病等，从而耽误治疗而出现足趾发黑、坏死，不得不截趾。如何少走弯路正规地治疗将是每个患者的心声，下面请沧州中西医结合医院东院区疮疡脉管病科主任艾明瑞谈谈脉管病相关的临床问题。

夜间疼痛临床常见问题

虽然说周围血管是周身血管中的一部分，但是它相比心脑血管来说，出现问题时临床症状表现得不像心脑血管疾病那么明显。因此，并不是下肢血管出现闭塞时才会出现疼痛，有的甚至仅仅表现为下肢麻木、怕冷。

血管疾病夜间出现疼痛时，一定是出现了闭塞问题，中医认为：“寒邪客于经脉之中，则血泣，血泣则不通。”寒邪属于阴邪，夜间阴气盛，故疼痛加重；以下是夜间疼痛临床常见的问题：

- 1.为何脉管病患者多夜间疼痛？
因为人在睡眠时心输出血量减少，下肢灌注血量也减少，当血管闭塞时夜间肢端缺血更加严重，所以疼痛常在夜间加重。
- 2.伴有心脑血管疾病的患者为何容易出现夜间肢端疼痛？
因心脑血管与下肢血管是一个管路，当心脑血管有问题时也提示下肢血管有问题，只不过表现得不像心脑血管疾病那么难受。

- 3.糖尿病患者为何容易出现足趾疼痛？
糖尿病患者伴有周围血管疾病时，往往最先累及微循环，故容易出现微循环障碍，这时候查动脉血管彩超也未必能发现问题，因此，糖尿病患者出现夜间疼痛时要引起足够的重视，尤其是有麻、凉、怕冷等症状时。
- 4.吸烟人群为何容易出现夜间疼痛？
烟草中的尼古丁成分可损害循环系统，不但可使血管痉挛，而且可以使血液的

黏稠度增加，导致体内微循环障碍。同时，大量吸入一氧化碳，会妨碍血红蛋白与氧的结合，造成机体远端缺氧血症，因此，下肢有麻、凉等症状的吸烟者夜间更容易出现疼痛。

- 5.爱生气的人为何容易出现夜间疼痛？
中医认为人的情绪与肝有关，尤其是老年人遇事情绪波动较大，造成“肝郁气滞”“气滞血瘀”，因此，爱生气的老年人下肢容易出现动静脉闭塞疾病而表现为夜间肢体疼痛。

脉管病与寒邪有关的常见问题

中医认为：周围血管病早期出现这些症状与寒邪有关，寒邪属于阴邪，夜间阴气盛，故夜间常出现腿抽筋或疼痛等；以下是脉管病中与寒邪有关的临床常见问题有：

- 1.肢端缺血性疾病为何出现麻木、酸胀、怕冷？
麻：表明气能过来，而血过不来；木：麻得厉害了，就是木，是血和气都过不来；酸：表明经络是通的，但气血不足。有的人走路快一点或者多一点，就会产生持续的酸胀感，这是典型的腿部寒邪早期症状，这些症状遇热则减轻，遇寒则加重。
- 2.为何脉管病常伴有关节疼痛？
随着年龄增长，身体抵抗寒邪的能力逐渐下降，寒

- 邪从表逐渐入里，容易聚集在下肢关节部位，尤其是踝关节和膝关节变得更加明显，经常会在蹲起、上下楼梯等动作时出现不适，这说明寒邪较盛，需要引起重视，随后则容易寒凝血瘀。
- 3.为何脉管病患者多夜间腿抽筋？
因为人在睡眠时心输出血量减少，下肢灌注血量也减少，当血管闭塞或静脉血栓时，夜间肢端血液循环障碍更加严重，所以腿抽筋常在夜间加重。
- 4.腿抽筋时怎么做？
万一小腿抽筋发作，可以马上抓住抽筋一侧脚的大拇指，然后慢慢将脚掌向自己方向拉，再慢慢伸直脚，然后用力伸腿拉直膝关节，也可以用双手使劲按摩小腿肚子。

周围血管病中伴有腿抽筋的早期常见症候群

- 1.不宁腿综合征
(1)当我们出现双腿不适(麻刺感、刺痛感、紧张、疼痛)伴有不可控制的机体运动。(2)症状在休息时出现，主要在晚间，可能

影响入睡；病情严重会随时变化(如每周、每月不同)，可能累及上肢。(3)通过对肢体的某些手法操作(如揉搓、摇动、跺脚、走动)可使症状部分彻底缓解。(4)无其他神经系统的

- 症状和体征。考虑为不宁腿综合征。
- 2.老寒腿
(1)下肢怕冷，尤其是小腿，夏天怕吹空调，夜间睡觉还得盖被子；(2)遇到

天阴下雨、气候转凉或受凉，膝关节或足趾冰冷甚至疼痛；(3)足部无汗，或者冷汗频出，夜间加重，早晨无不适；(4)患者查彩超无狭窄或闭塞情况；(5)夜间容易抽筋或者足趾疼痛不适。

周围血管病如何早知道

下肢缺血性疾病早期出现足趾或手指麻木、发凉、怕冷、皮肤粗糙、指甲增厚、嵌甲(趾甲向肉里长)等，走路腿没劲如踩棉花，或行走一

段距离小腿酸疼不适，或夜间腿抽筋，疼痛不适等。这时应触一下足背动脉或胫后动脉，看搏动是否减弱，或抬高下肢观察足趾有无苍白、皮

肤温度是否低等。如有上述症状需到医院查动脉彩超了解动脉情况。
下肢静脉疾病早期活动后，小腿酸胀、发紧，劳累不

适，休息一晚可缓解。或者踝周水肿，出现皮色发暗，甚至发黑，或者沿浅静脉疼痛或小腿后方疼痛等，可到医院专科就诊。

专家介绍



艾明瑞

沧州中西医结合医院(市二医院)东院区(原铁路医院)疮疡脉管病科主任。

黑龙江中医药大学本硕连读周围血管病专业研究生，师从全国周围血管病治疗中心主任、博士生导师李令根教授。中国中西医结合学会周围血管病专业青年委员。河北省中医药学会脉管病分会常务委员，他在继承和总结导师经验基础上，建立了西药中医化诊疗体系，以络病学说指导周围血管病治疗，运用血管再生技术使得疮疡及脉管病临床疗效达到国内领先水平。擅长治疗各种皮肤溃疡、化脓性乳腺炎、窦道瘻管、术后不愈合创面、臁疮、糖尿病足、丹毒、静脉曲张、浅静脉炎、深静脉血栓形成、淋巴水肿、动脉硬化闭塞症、血栓闭塞性脉管炎、急性动脉栓塞、雷诺氏病、不宁腿综合征、结节性红斑等疾病。

科室简介

沧州中西医结合医院(市二医院)东院区(原铁路医院)疮疡脉管病科

疮疡脉管病科诊疗范围：

- 1.各种疮疡：静脉性溃疡(老烂腿、臁疮)、坏死性血管炎、缺血性坏疽、褥疮、慢性骨髓炎、急性乳腺炎、复杂性窦瘘等。
- 2.肢体缺血性疾病：血栓性脉管炎、动脉硬化闭塞症、糖尿病足、急性动脉栓塞、多发性动脉炎、不宁腿综合征、雷诺氏病、红斑肢痛症等。
- 3.肢体静脉性疾病：静脉曲张、血栓性浅静脉炎、深静脉血栓形成、深静脉瓣膜功能不全、静脉曲张伴溃疡等。
- 4.淋巴疾病：下肢丹毒、淋巴管炎、淋巴水肿等。
- 5.免疫性或结缔组织伴发血管炎或无明显诱因下肢疼痛酸胀综合征；结节性红斑等。

疮疡脉管病科治疗特色：

- 1.采用西药中医化独特治疗思路，促进侧支建立疗法治疗血管闭塞性疾病。当血管闭塞后，采用促进侧支循环建立方法，避免动静脉支架置入术，减少医疗费用。西药中医化溶栓抗凝保守疗法：治疗下肢深静脉血栓形成，避免静脉滤器置入术，避免终身携带滤器及终身抗凝，大大减少医疗费用。
- 2.全方位微创治疗各期静脉曲张及并发症，对不同时期静脉曲张采用不同的微创治疗思路，减少复发，对皮肤变色、发黑或术后复发患者采取环扎治疗，疗效显著。
- 3.科室中医治疗特色浓厚，中医外治法全面，对患者尽量采取保守的治疗思路。研制外用膏散剂治疗各种褥疮、烧烫伤及各种溃疡。各种专科制剂治疗动脉硬化闭塞症、老寒腿、脉管炎、深静脉血栓、静脉曲张伴静脉曲张等。
- 4.独家引进血管再生技术治疗血栓闭塞性脉管炎。当患者需要截肢时，可以考虑采用血管再生技术。开展干细胞移植术和三氧大自血回输疗法治疗糖尿病足、血栓闭塞性脉管炎、动脉硬化闭塞症、雷诺氏病、不宁腿综合征等，技术成熟，疗效显著。

科室地址：疮疡脉管病科位于市二医院东院区体检中心后新病区一楼，设置床位42张，病房以二人间和单间为主，都有独立卫生间。

医院地址：沧州市千童北大道17号，市内乘坐11B路、13路、613路、604路、615路、430路公交车可到。

电话咨询：2176500 2075119
15833178751 18031783171