

# 节后需警惕血液高凝

本报通讯员 尹祖光 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病人的增多,脉管病发病率越来越高,也越来越受到重视。脉管病往往伴有手指(足趾)或小腿肿胀疼痛不适,往往被认为冠心病、肾病、类风湿关节炎、颈腰椎疾病等,从而耽误治疗,出现足趾或手指发黑坏死,甚至截肢。春节后是周围血管疾病高发期,其主要原因是血液高凝,本期请沧州中西医结合医院东院区疮疡脉管病科主任艾明瑞讲解周围血管病中血液高凝的问题。

## 血液高凝的因素

周围血管中动脉从心脏流向四肢末端,静脉是从四肢末端回流心脏,动静脉循环通畅,不会出现肿胀和疼痛,中医认为:“不通则痛或不荣则痛”;西医认为血液高凝造成循环障碍或血管狭窄、闭塞,则出现动静脉相关症状,下面是节后血液高凝的因素:

### 饮酒

春节期间,场合多,人们饮酒机会增加。中医认为,酒精增加“内湿”从而加重下肢水肿,因此,下肢静脉功能不全的患者节后容易出现下肢水肿加重,甚至出现溃疡。

### 熬夜

春节期间,熬夜娱乐是常有的事,“晚上不睡耗伤阳气”,加上熬夜都是久坐不动,深静脉血栓容易发生,表现单侧下肢突然肿胀,肢体明显增粗,腓肠肌挤压痛明显,或股三角区(大腿根)出现疼痛。

### 受寒

春节期间,天气变化较大,加上爱美人士穿着单薄,下肢受寒,很容易造成

小腿酸痛、足趾发凉怕冷,甚至疼痛。因此,动脉狭窄闭塞患者应注意保暖,防止疾病复发。

### 避孕药

春节期间,担心意外怀孕,口服避孕药几率增加,避孕药容易造成血液高凝而诱发下肢深静脉血栓形成,这也是深静脉血栓形成年轻化的原因之一。

### 情绪波动

春节期间,亲朋好友欢聚一堂,尤其是老年人,节后亲人纷纷离开去上班工作,老年人情绪波动较大,造成“肝郁气滞”“气滞血瘀”。因此,节后容易出现血液高凝而诱发动静脉闭塞疾病。

### 预防药物停滞

春节期间,老年人因忙碌忘记口服一些治疗药物,这样容易造成突发性血液高凝,下肢深静脉血栓复发。

### 劳累

下肢静脉功能不全患者,春节期间,长期站立或坐着,下肢静脉容易出现瘀血,从而出现下肢肿胀,甚至疼痛。

### 饮食变化

春节期间,高油、高脂的食物摄入增多,血糖、血脂升高是血液高凝的重要因素,下肢动脉硬化或深静脉血栓形成患者节后最容易复发。

## 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博连读周围血管病专业研究生,硕士研究生导师,东院区糖尿病足坏疽及疮面修复中心主任,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、窦道瘰疬、术后不愈合创面、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、急性慢性乳腺炎、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,能避免动脉支架置入术,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,能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,对不同程度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、静脉曲张伴静脉炎等。
- 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。
- 5.温馨提示:二医院东院区糖尿病足坏疽及创面修复中心设在疮疡脉管病科,科室病房在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,乘坐11B路、13路、613路、604路、615路、138路、430路公交车即可到达。

电话咨询:  
2176500 2075119  
15833178751  
18031783171

### 吸烟

在春节期间,主动吸烟与被动吸烟明显增多,烟草中的尼古丁成分可损害循环系统,不仅使血管痉挛,还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,造成机体缺氧血症。因此,下肢有麻、凉、疼痛等缺血症状的患者,节后容易复发或者加重。

## 节后需注意血液高凝

周围血管与心脑血管一样,当动脉狭窄、闭塞不通或静脉回流障碍时就会出现肢体酸、麻、胀、痛,中医认为:麻:表明气能过来,而血过不去;木:麻得厉害了,就是木,是血和气都过不去;酸:表明经络是通的,但气血不足;胀:气血瘀滞;痛:不荣则痛,不通则痛;西医认为血管管腔逐渐狭窄直至闭塞,其早期往往出现肢体麻木、怕冷、发凉、沉重、酸胀不适。当血管闭塞时则出现肢体疼痛不适,时间越长越严重,就会出现肌肉萎缩及静息痛。

### 腿抽筋患者需要注意

容易腿抽筋患者要注意保暖,万一夜间小腿抽筋,可以马上抓住抽筋一侧的脚

的大拇趾,慢慢将脚掌向自己方向拉,再慢慢伸直脚,用力伸腿拉直膝关节,也可以用双手使劲按摩小腿肚子,如不能缓解,应及时就医。

### 下肢深静脉血栓形成患者需要注意

下肢出现深静脉血栓形成患者,尤其是已进行下腔静脉滤器植入术患者,节后一定复查凝血功能,根据检查结果调整药物。必要时复查静脉彩超,当下肢发现新的血栓时及时治疗。

### 动脉硬化闭塞症患者节后需要注意

下肢动脉硬化闭塞症是因下肢动脉粥样硬化斑块形成,引起下肢动脉狭窄、闭塞,进而导致肢体慢

性缺血。随着社会整体生活水平的提高和人口的老齡化,下肢动脉硬化闭塞症的发病率逐年提高。其主要表现为麻、木、酸、间歇性跛行、静息痛。当出现疼痛时,应及时就诊,平时注意戒烟、保暖、适量运动。

### 血栓闭塞性脉管炎患者需要注意

周围血管病中血栓闭塞性脉管炎与吸烟相关性最大,因此,中青年男性吸烟者如感觉足趾或小腿麻凉怕冷,甚至疼痛,一定要戒烟。

### 静脉曲张术后的患者需要注意

春节前进行静脉曲张手术治疗后的患者,节后一定

注意复查,尤其是出现小腿疼痛或切口不愈合患者。

### 足趾干性坏疽需要注意

- 1.避免热水熏洗,许多患者以为用热水洗脚会好些,其实不然,泡脚会增加感染几率,加速足趾坏死。
- 2.避免自行外用膏剂或者民间秘方,这样容易增加感染几率,加速足趾坏死。
- 3.出现渗出时避免自行清创,尤其是伴有夜间疼痛时,应及时就诊。

### 血管炎患者需要注意

因节假日激素药物的不规律口服,可能出现疾病反弹,当发现下肢出现皮下结节、紫癜,甚至出现皮肤溃疡时,应及时到医院复查,不可自行调整激素剂量。

## 周围血管病中伴有腿抽筋的早期症候群

### 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;病情严重时会随时变化(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)遇到阴天下雨、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,休息一晚可缓解,或者踝周水肿,出现皮肤颜色发暗,甚至发黑,或者沿浅静脉疼痛或小腿后方疼痛等,如有这些症状,需要到医院就诊。