

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 科學 來源 聯合報 日期 90. 3. 12 版面 三版四版

張曲脈靜 手殺腿美

◎王水深台大醫院外科部主治醫師

靜脈曲張就是靜脈的異常擴張。在西方文明國家，四十歲以上族群約有一半以上的罹病率。尤其其女人，約三分之二以上都有不同程度的靜脈曲張。

有人只是細小靜脈擴張，在表皮下之小靜脈曲張如蜘蛛般呈放射狀呈現擴張；有人在腳踝或小腿局部靜脈曲張；有人則整個隱靜脈系統全部擴張。有家族史，年紀大（尤其大於五十歲），女性（尤其是多產婦），服用口服避孕藥，長久站立工作者（每日大於六小時），肥胖等病人較容易發生靜脈曲張。

靜脈曲張在發生之初，往往沒有明顯的症狀。有人會覺得小腿皮膚癢、腿部腫脹、痠痛、疲勞、腿部沉重感，特別是在經期剛要來時最嚴重，尤其是站了一整天下來，小腿特別痠痛、腳踝腫脹，把腳抬高就比較舒服。

當靜脈曲張越嚴重，疼痛就越明顯，甚至發生腳部血液淤積，腳踝變紫色，更嚴重者，血液不易回流會發生色素沈澱、濕疹樣皮膚炎，並可能產生鬱積性潰瘍。有時靜脈破裂會出血。

有時也會沿著靜脈壁產生血塊發炎，即血栓性靜脈炎，表皮會沿著靜脈呈現紅腫、疼痛的症狀，甚至可摸出非常疼痛的結節。若血栓跑到肺臟，就有可能發生致命的肺栓塞症。

治療方法除要適當運動外，要避免久站或久坐不動，至少每小時要活動一下，促進血液循環，必要時可選用下列方法：

(一)壓迫治療法：穿彈性襪或利用彈性繃帶包裹壓迫以減少靜脈逆流及鬱血現象。購買醫用彈性襪要特別注意合身性，美國曾有統計，有三分之一的靜脈曲張患者所穿的彈性襪並不合身，所以不但沒效，也不舒服。最好早晨一起床就馬上穿，晚上睡覺時不必穿。

(二)硬化劑治療：把硬化劑打入靜脈內，破壞內皮細胞，引起血管痙攣、發炎反應而形成血栓、纖維化，而達成消除靜脈曲張的目的。最適合用在細小靜脈擴張。副作用包括過敏、局部疼痛、皮膚壞死及色素沈著等。若不慎將硬化劑打入動脈內可造成肢端壞死及截肢的後果。

(三)手術治療：目的在去除曲張的靜脈，手術方法包括：大隱靜脈高位結紮、靜脈剝除法、穿孔靜脈結紮或單純靜脈切除法。並非所有靜脈曲張皆要手術切除，手術前一定要確認深部靜脈是通暢的。下列病人可以手術治療：

(一)疼痛腫脹等症狀嚴重，難以忍受。(二)再發血栓性靜脈炎。(三)血管破裂出血。(四)血液鬱積造成併發症如皮膚炎、潰瘍。(五)影響美觀。

手術後短期內仍要以彈性繃帶包裹或穿著彈性襪。術後仍有靜脈曲張復發機會。所以容易發生靜脈曲張的人要注意預防，就是要避免久站或久坐不動（無法避免者，可穿彈性襪），要有適當的運動。

