

## 腿部靜脈曲張症十問十答

### 問 1：什麼是靜脈曲張？

靜脈曲張是腫脹和扭曲的靜脈。下肢靜脈曲張是一種可以影響腿部靜脈的疾病。它可能導致腿部疼痛、靜脈曲張、腿部腫脹，或甚至合併開放性潰瘍。

下肢靜脈曲張發生在腿部靜脈不正常的情況下。正常時，腿部的靜脈將血液從腿部帶回心臟。靜脈內部有閘門，有助於保持血液只向一個方向移動（朝向心臟）。閘門打開讓血液流向心臟，並靠近以防止血液流回腿部。當瓣膜受損或不能正常工作時，可能會發生下肢靜脈曲張。這導致血液聚集在腿部。當一個人坐著或站立很長時間而不走路時，血液特別容易聚集在腿部。

### 問 2：什麼條件會導致靜脈曲張？

一般而言大部分是體質影響，所謂「初因型」的下肢靜脈曲張，意思是目前醫學上仍舊不明所有原因，可能受到遺傳體質，加上某些環境因素影響而發生，因此可能在家族中許多人發生。某些靜脈曲張疾病，則可能由以下原因引起，此類也稱為「次因型」靜脈曲張：

- 腿靜脈血栓。
- 腿部受傷。
- 懷孕，特別是不止一次 -- 這會導致激素水平的變化，從而削弱靜脈壁。
- 體重增加。

### 問 3：下肢靜脈曲張的症狀有哪些？

患有下肢靜脈曲張的人可能會出現以下症狀：

- 腿部疼痛，或腿部感覺疲倦或沉重，特別是在一天結束時。
- 腫脹的靜脈 -- 通常描述的「蜘蛛靜脈」是指擴張的腿部皮下靜脈(圖 1 左)。而「曲張」是指較大的腿靜脈腫脹和扭曲(圖 1 右)。

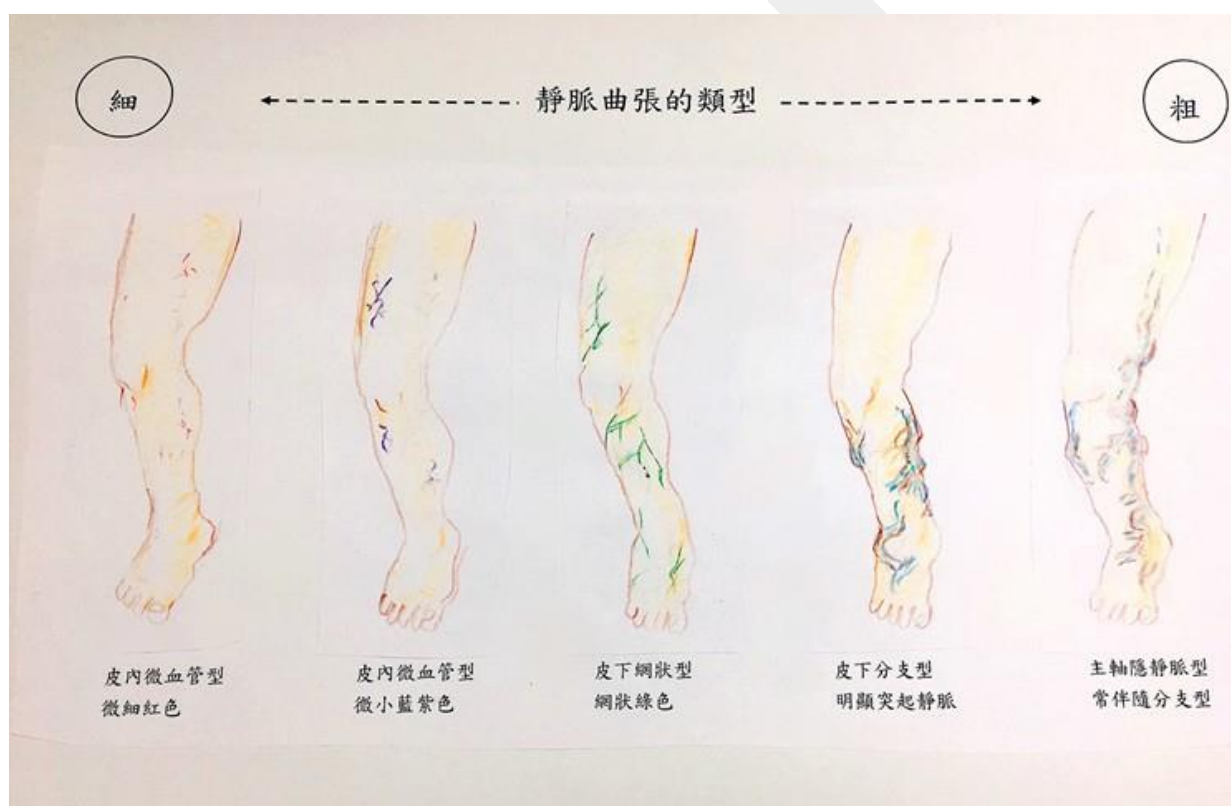


圖 1 靜脈曲張的類型

- 小腿或腳踝腫脹(圖 2) -- 人們在一天結束時會感覺到腳踝腫脹，或嚴重時整日一直都會腫脹。
- 膚色變化 -- 皮膚會變紅或變成棕紅色。皮膚顏色變化通常首先發生在腳踝周圍。

- 開放性瘡，也稱為「靜脈性潰瘍」 -- 這些通常位於腳踝處，可能會疼痛和滲出。



圖 2 小腿或腳踝腫脹示意圖

#### 問 4：是否有檢查可以評估下肢靜脈曲張嗎？

是。您的醫護人員會安排一個檢查來看你的腿部靜脈。可能做一種稱為「超音波」的測試。利用超音波儀器可以檢查腿部瓣膜的情況。它還可以看到腿部的任何靜脈是否被阻塞。

#### 問 5：我該怎麼做才能減輕症狀？

(1) 為了減少腫脹，您可以：

- 四處走動，盡量不要長時間坐在或站在一個地方。
- 每天抬腿休息 3 到 4 次，每次 30 分鐘。
- 每天進行幾次腿部肌肉鍛鍊，使腳趾和腳部向上和向下。

( 2 ) 要治療皮膚乾燥或發癢，您可以：

- 每天用溫和的清潔劑清洗雙腿。不要過度使用肥皂，這會使皮膚更加乾燥。
- 在皮膚仍然潮濕的情況下，使用無香味的保濕霜或軟膏。凡士林效果很好。在使用任何其他類型的乳膏或軟膏之前，請諮詢您的醫師或護理師，因為有些可能會引起皮疹。

( 3 ) 如果您的皮膚問題嚴重，您的醫師或護理師可能會建議使用特殊的軟膏，藥物或繃帶。

## 問 6：下肢靜脈曲張如何治療？

醫師可以使用不同的方式來治療症狀和減少腫脹。

( 1 ) 這些可包括特殊襪子、繃帶或裝置：

- 「壓力襪」( 或稱「彈性襪」) 是特殊的襪子，緊緊貼合腳踝和腿部。如果您的醫師或護理師建議您穿戴它們，他或她會告訴您穿戴哪種類型以及如何穿戴它們。
- 「壓縮繃帶」是纏繞在人的腿上的繃帶層。
- 「壓縮泵」是一種適合腿部並每隔幾分鐘擠壓腿部的裝置。

- 特殊輔料覆蓋，放在開放性瘡上，幫助它癒合。

( 2 ) 藥物 -- 醫師可以使用不同類型的藥物來治療不同的症狀。例如，不能使用壓力襪或繃帶的人，可能會嘗試藥物來幫助靜脈更好地工作。皮膚感染的人可能需要抗生素。皮膚搔癢的人可能需要處方霜或軟膏。

( 3 ) 再來就是手術治療了 -- 如果其他治療不起作用，醫師可以做手術去除或消融受損的靜脈，使他們不再堆積血液。因為科技與觀念的進步，近年來通常進行免住院、免全身麻醉、微細傷口的微創手術治療。

### 問 7：手術治療有哪些方式？

大致可以區分為傳統的剝離抽除手術與微創手術兩大類 ( 圖 3 )。

( 1 ) 傳統手術的靜脈結紮或剝離 ( 圖 3 左 ) -- 這些手術需要經由開刀的手術方式切除患病的靜脈，通過皮膚上的切口去除隱靜脈主幹和其分支靜脈。有這些手術的人必須麻醉並在醫院或手術中心接受治療。

( 2 ) 另一類就是總稱為微創手術 ( 圖 3 右 ) 的幾種微細傷口的手術治療方式，包括所謂「消融」手術。

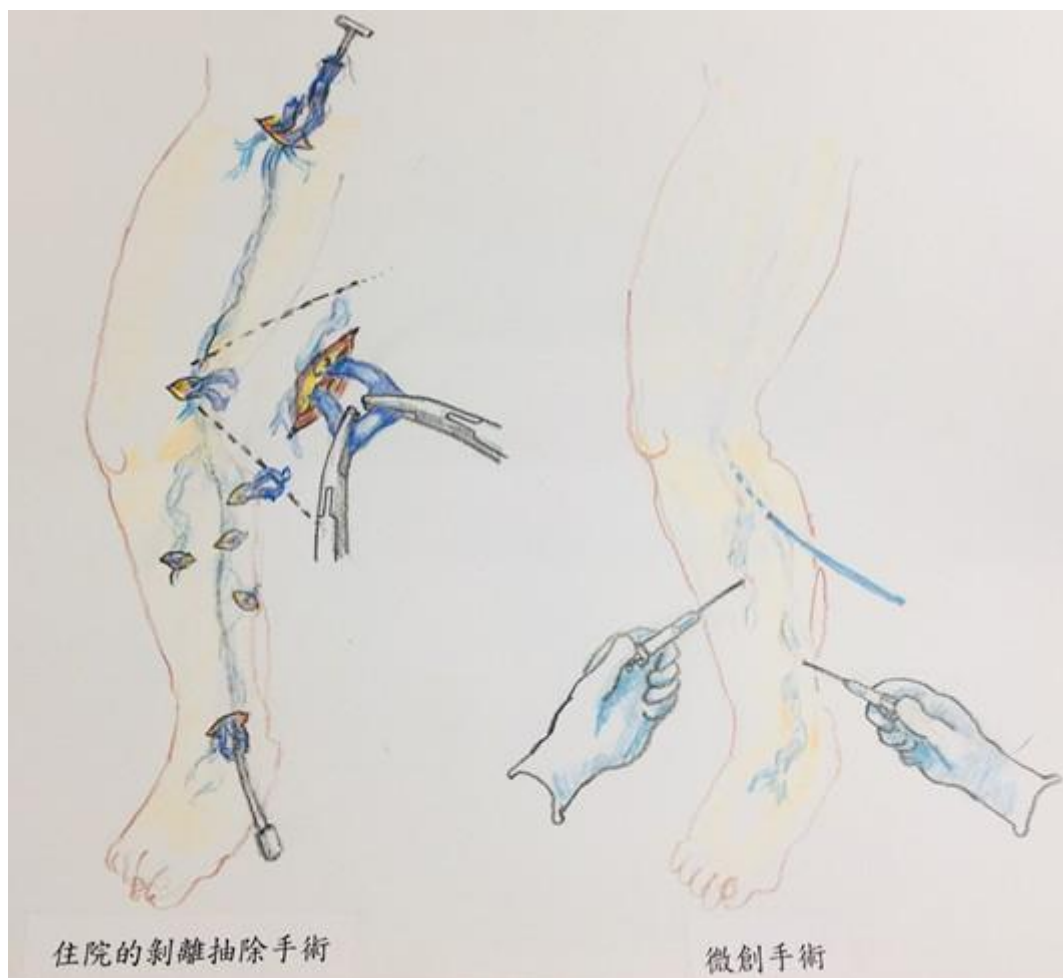


圖 3、靜脈曲張手術種類

### 問 8：什麼是微創靜脈消融手術治療？

「微創手術」一詞就是表示經由微小傷口以及降低內部組織傷害的手術方式的總稱。靜脈消融是一種用於治療下肢靜脈曲張隱靜脈主幹的手術，屬於一種微創手術（圖 3 右）。這類手術利用密封患病的主要靜脈而達到作用。相對於傳統靜脈「抽除」手術，這類微創手術並不剝離和抽掉隱靜脈主幹，因此以「消融」一詞稱呼。

病人不需要擔心手術治療後的下肢靜脈循環，因為肢體的靜脈非常豐富，通常流經該靜脈的血液會找到另一條返回心臟的途徑。

微創靜脈消融可以通過幾種不同的方式完成，目前大致分為幾類方式：

- 冷消融（又稱非熱消融） -- 相對於熱消融，這類治療科技不需要加熱的導管。醫師利用特殊導管、化學藥物、或膠水，或這些的組合注入患病靜脈。這導致生病的靜脈受到治療而塌陷。靜脈本身留在原地（沒有抽除），但不再攜帶血液。冷消融可以在門診手術室進行局部麻醉進行。
- 熱消融 -- 對於熱消融手術，醫師將一根稱為「導管」的細管插入患病靜脈。導管加熱靜脈並將其從內部密封。靜脈留在原地，但不再攜帶血液。射頻消融和激光消融都是屬於熱消融。這些手術僅涉及皮膚上的小孔或切口，可以透過非常少的麻醉（用於阻止疼痛的藥物）來完成，因此通常可在門診手術完成。

### 問 9：我可以選擇手術方式嗎？

通常可以。您的醫師會建議哪種類型的手術適用於您所患的靜脈類型。如果您想要特定的手術，請告知醫師。

### 問 10：接受靜脈手術後該如何照護？

根據您選擇的手術類型而有差別。接受傳統手術可能需要休息幾日恢復，微創手術則通常不需要特別休息，術後當日就可以走動。一般接受手術之後的建議包括：

- 每天多次走動幾分鐘。
- 避免坐著或站立太久。

- 坐著支撐腿部（抬腿）休息（例如放在枕頭上）。
- 手術後 1 至 2 週內避免舉重或運動。

根據您接受的手術類型，可能會要求您穿戴稱為「加壓繃帶」或「壓力襪（彈性襪）」的特殊繃帶或長襪。這些繃帶或長襪會對你的腿施加穩定的壓力，並有助於防止瘀傷。

此外，根據您的手術類型，您可能需要在手術後幾天再去門診追蹤，也許進行超音波檢查追蹤。這是為了確保你在靜脈治療之後的恢復情況，或是可發現其他併發症。

外科部心臟血管外科暨血管中心主治醫師 詹志洋