

## 深部靜脈栓塞 (Deep Vein Thrombosis)

1. 前言：深部靜脈栓塞是深部靜脈的血液回流不良產生患肢腫脹等症狀，常見於下肢，但偶而也會發生在上肢，剛開始時症狀並不明顯，之後因栓塞加劇而出現患肢腫脹、疼痛及發熱等症狀，嚴重時會引起動脈血液循環受阻，使患肢缺血壞死，若再不及時處理甚至可能 會導致截肢。
2. 致病機轉：深部靜脈栓塞形成的原因很多，主要有：血流緩慢、血管壁損傷、血液疾病等。易發生族群為各種原因須臥床的病人(如中風、手術後等...)，另外年齡的增加、肥胖，使用口服避孕藥，有心血管疾病、惡性腫瘤、血液疾病、外傷等等。
3. 臨床表徵：患肢疼痛感、水腫、腿圍變大、小腿腹壓痛等，在急性期可能併發蜂窩組織炎；慢性期造成病變處色素沉著、潰瘍、發紅疼痛、皮下組織發炎、淋巴管、肌肉發炎、傷口不易癒合。深部靜脈血栓好發於下肢 80%，常發生在腓靜脈及膝臑靜脈，其次是股靜脈及腸股靜脈，其併發症包括肺栓塞，情況嚴重時可致命。
4. 檢查：包括非侵犯性的深部靜脈壓力圖 (VO/VC)、血流超音波、核醫靜脈血流攝影及靜脈血管攝影。
5. 治療原則：儘快就醫，臨床醫師會視病況嚴重程度判斷是否需要住院接受治療及檢查，治療包括臥床休息、患肢抬高，使用抗凝血劑或血栓溶解劑，使用醫療級彈性襪等等。一般經過治療之後症狀都可得到改善，除非有緊急併發症產生，如患肢缺血壞死及肺栓塞，否則並不建議開刀治療，且出院後仍需要於門診長期追蹤治療，甚至需要長期服用藥物以預防再發。
6. 使用抗凝劑或血栓溶解劑治療之病人在治療期間應注意出血之症狀，如牙齦出血、鼻出血、痰中帶血、血便、血尿或注射部位之血腫等，若發生時應馬上聯絡報告醫療人員。
7. 預防措施對於屬於高危險群的人(如長期臥床)，下肢抬高及穿著彈性襪可以預防深部靜脈栓塞的發生，而普通人則儘量避免久站、久坐的姿勢，若不得已也應該儘量避免同一姿勢的時間過久。
8. 靜脈保養注意事項：正確的保養方法比吃藥更有效，靜脈栓塞後，靜脈瓣膜受到嚴重的破壞，因而其阻止血液逆流的功能就喪失。
  - A·維持理想體重、攝取適當的水份和低脂飲食和合宜的運動。
  - B·禁止吸煙，因為香煙中的尼古丁會使血中游離脂肪酸增加，對血管造成傷害。
  - C·下肢抬高，白天每 3-4 小時一次到床上平躺，腳墊高 30-45 度) 約 15 分鐘，每天至少做 3 次，以 2-3 床大棉被折起來墊腳，可以增加舒適感。
  - D·避免久坐久站，長期臥床不動，避免著過緊腰帶、衣褲，阻礙骨盆及下肢血液淋巴回流，若需久站，一定要穿醫療型彈性襪 (約 200-300 丹)，能養成習慣更好。
  - E·定期返院追蹤檢查