

靜脈曲張 手術後照護

下肢淺層靜脈因為壓力與瓣膜功能不全，發生擴張、增厚及扭曲除造成難看的外觀之外，引起皮膚潰瘍與出血亦可能因靜脈炎而發生局部腫痛。

症狀

1. 站立過久會有痠痛及下肢沉重感。
2. 易疲勞、情緒消極。
3. 血管變粗、扭曲、顏色加深。
4. 月經期間疼痛更劇。

5. 皮膚癢、潰瘍或出血。
6. 其他：水腫、硬結、皮膚鱗片剝落。



治療

1. 可先以彈性襪加壓治療。
2. 硬化液注射。
3. 靜脈結紮和撥除術。

術後照護

1. 手術後不必終日臥床仍可適度下床活動。
2. 活動後躺回病床將床尾抬高或枕頭墊高促進血液循環。
3. 開刀二日內非必要則不打開包紮的繃帶以免皮下瘀血。
4. 術後3星期內都需穿上彈性襪或綁上彈性繃帶。

預防方法

1. 坐著時勿交叉兩腿或坐太高太軟的椅子以免壓迫膝處。
2. 避免站立太久需有適當之休息時間。
3. 可穿彈性襪預防。
4. 肥胖者應有計劃減輕體重。
5. 晚上睡覺前可抬高下肢 15° - 25° （高過心臟水平）
6. 避免束縛如過緊之內褲、緊身腰帶、吊襪帶。
7. 預防便秘，避免腹內壓上升。

資料來源：照片由網路截取