心臟血管外科

靜脈曲張知多少？

總醫師 薛鈞鴻

靜脈曲張是靜脈受壓迫或瓣膜不完全，使內壓增加，管壁擴張成囊狀，血液發生障礙的病症。簡言之，靜脈曲張就是靜脈扭曲及腫大而形成異常擴張的現象，大部份是出現在腿部。根據統計，在西方國家，過了四十歲大約有一半以上的人罹患此病。尤其女人，三分之二以上都有不同程度的靜脈曲張，這是靜脈血液淤積而成。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浮現擴張；有的在腳踝或小腿局部靜脈曲張；有人則整個隱靜脈系統全都擴張。有家族史，年紀大（大於 50 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 6 小時），肥胖等病人較容易發生靜脈曲張。

我們站著的時候下肢靜脈血要回到心臟，血液是往高處流，水往低處流是自然的原理，它要怎麼往高處流呢？它靠二個機制，第一、靜脈血管主要靠周遭的肌肉組織協助，推動靜脈血液回到心臟，肌肉收縮就會壓迫血管，擠壓血液往前行，造成靜脈的血液流動。第二、靜脈血管裡有瓣膜，杯狀的靜脈瓣膜，會交替地開合讓血液通過，然後關上以防血液倒流。當靜脈的壓力上升，負擔過大時，靜脈管壁就往旁邊腫脹起來，導致靜脈血管膨脹及扭曲，這種靜脈管壁的不正常擴張就是靜脈曲張。愈底下的靜脈負擔愈重，所以靜脈曲張在小腿最常見，但其他部位像大腿，甚至手臂都可發生。因為表面血管比起深層的血管較少肌肉的支撐，因此表面血管容易出現靜脈曲張。

所以，靜脈曲張的致病機轉，主要有三項，分別為靜脈瓣膜閉鎖不全，表層靜脈壓的增加（如懷孕，動靜脈廔管），及靜脈管壁的脆弱（管壁缺乏膠質，彈性蛋白質等生化異常）。靜脈曲張發生原因和遺傳、女性荷爾蒙（尤其是黃體激素）等因素有關。常見的壓力來自懷孕、過胖或長時間的站立，長時間坐著也可導致靜脈曲張。年紀漸長，靜脈血管會變得弱、失去彈性，也會有靜脈曲張。造成的原因雖然有很多，但要有環境促使它表現出來，長久站立工作的人最容易發生靜脈曲張。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，如有上述狀況者建議可穿彈性襪壓迫以減少靜脈逆流及鬱血現象。若嚴重時可以採 (1) 雷射或硬化劑治療 (2) 外科手術治療。