



动脉硬化性闭塞症



定义

下肢动脉硬化性闭塞症，中医称之为“脱疽”，多发于老年人，是周围血管病中的常见病种之一。

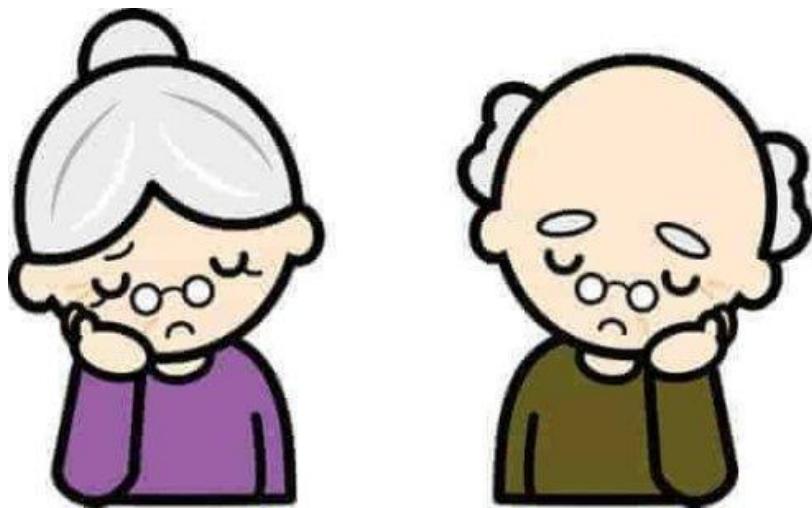
早期治疗是预防下肢动脉硬化性闭塞中症导致的肢体坏疽的重要措施。中医中药是治疗下肢动脉硬化性闭塞症的重要方法。注意保暖、避免劳累、合理饮食、调畅情志是下肢动脉硬化性闭塞症的主要护理措施。

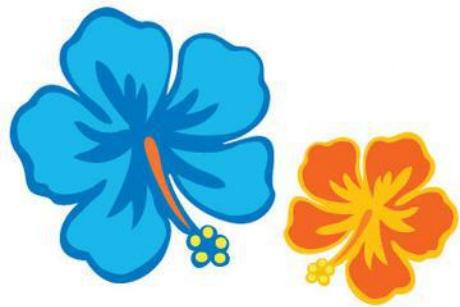




临床表现及分期

1. 多发于下肢一侧或两侧。患者可有受冷冻、潮湿、长期多量吸烟、外伤等病史。
2. 动脉硬化性闭塞症多发于老年人。常伴有高脂血症、高血压和动脉硬化病史，常累及大、中动脉。





临床表现及分期

3. 初起足趾冷痛，小腿酸麻胀痛，行走多时加重，休息时减轻，呈间歇性跛行，趺阳脉减弱。继之疼痛呈持续性，肢端皮肤发凉，下垂时则皮肤暗红、青紫，皮肤干燥，毫毛脱落，趾甲变形增厚，肌肉萎缩，趺阳脉消失。进而发生干性坏死，疼痛剧烈，彻夜不眠，抱膝而坐。溃烂染毒时，出现湿性坏死，肢端红肿热痛，全身发热。





临床表现及分期

1. 局部缺血期：患肢麻木、发凉、怕冷，轻度间歇性跛行，短暂休息后可缓解。检查发现患肢皮肤温度稍低，色泽较苍白，足背或胫后动脉搏动减弱。





临床表现及分期

2. 营养障碍期：上述症状日益加重，间歇性跛行距离愈来愈缩短，直至出现持续性**静息痛**，夜间更剧烈。患肢皮肤温度显著降低，明显苍白，或出现紫斑。皮肤干燥、无汗、趾(指)甲增厚变形，小腿肌萎缩，足背动脉和(或)胫后动脉搏动消失。

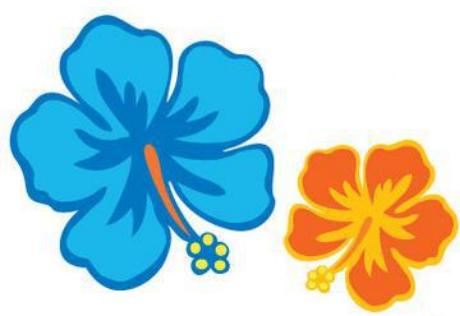




临床表现及分期

3. 坏死期：症状继续加重，患肢趾(指)端发黑、干瘪、**坏疽**、溃疡形成。疼痛剧烈且呈持续性，迫使病人日夜屈膝抚足而坐，或借助下垂肢体以减轻疼痛，肢体伴有明显肿胀。病人因疼痛而不能入睡，消瘦、贫血。如果继发感染后，干性坏疽变成湿性坏疽，出现高热、烦躁等全身毒血症症状。





治疗

(一) 中药内治:

根据辨证选择口服中药汤剂

(二) 中药外治:

1. 中药换药：按照创面及溃烂组织情况分为初、中、后三期，选用不同中药制剂进行分期换药治疗。

2. 中药熏洗：用于脱疽未溃期

(1) 寒凝证：温经通脉方

(2) 血瘀证：活血通脉方

(三) 针灸治疗:

根据中医辨证选择相应的穴位及针刺手法





治疗

(四) 非药物治疗:

红光治疗：使机体的防御功能增加，起到镇痛的作用并可以促进肉芽组织生长。

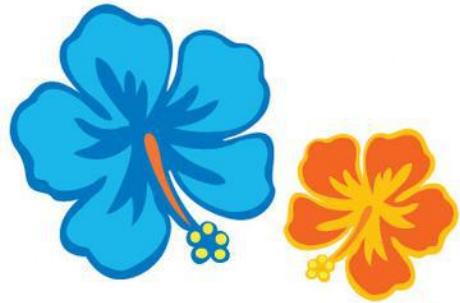
(五) 西医治疗:

(六) 功能康复锻炼:

适用于早期和恢复阶段的患者，但已有溃疡形成者禁用。患者仰卧位，先将患肢从水平位抬高45度以上，维持1-2分钟，然后下垂1-2分钟，再放置水平位2分钟，继而做患肢的旋内旋外，以及屈曲伸展活动，如此反复约20分钟。可根据患者不同的情况，反复练习。



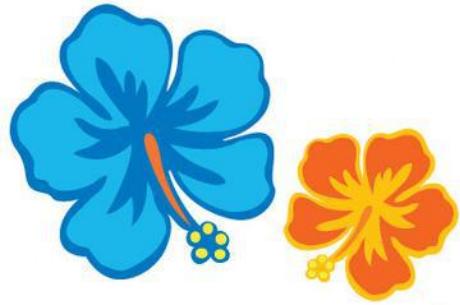
饮食指导



- 1. 寒凝血瘀证:** 应食用具有温经通脉作用的食品。如：香蕉、黑木耳、枸杞、牛肉、红豆、燕麦等。
- 2. 血脉瘀阻证:** 应食用具有活血祛瘀作用的食品。如：油菜、葡萄干、白萝卜、柑橘、黑大豆、绿豆等。
- 3. 湿热毒盛证:** 应食用具有清热利湿，活血化瘀作用的食品。如：菠萝、山楂、冬瓜、梨等。



饮食指导



4.热毒伤阴证：应食用具有清热解毒，养阴活血作用的食品。茄子、空心菜、莲藕、洋葱、蘑菇、慈姑、香菇、桃等。

5.气血亏虚证：应食用具有补益气血作用的食品。如：黑木耳、鲈鱼、大豆、牛奶、豆芽、虾、山药等。



饮食指导



山药粥

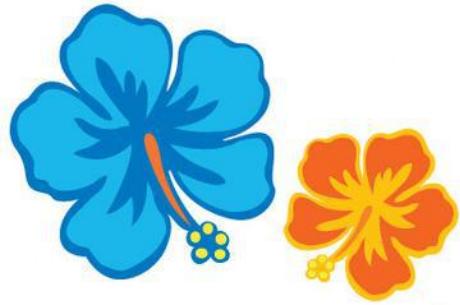
原料：白米、白糖、山药各100克，清水1公斤。

做法：将山药去皮后切成小块，倒入开水中煮到七分熟时加入白米煮成粥，再加入白糖稍煮片刻即可。

功效：益肾气、健脾胃，是保健滋补的佳品。



饮食指导



白萝卜枸杞排骨汤

原料：

白萝卜500克、排骨500g、枸杞15克、盐5克、姜片10克、胡椒粉2克、清水适量。

做法：

- 1、排骨加入姜片，一起加入到冷水煮到沸；然后捞出排骨备用；这个过程可以有效去除排骨的血腥味；
- 2、排骨一次加足清水，加入切好的白萝卜块，旺火煮到滚；转文火继续煲40分钟；
- 3、排骨软烂时，加入枸杞旺火煮5分钟；最后加盐、胡椒调味就可以喝了。



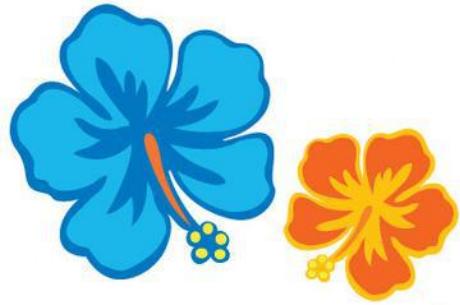
饮食指导



(1) 注意饮食结构:养成科学的饮食习惯。选择低脂肪、低热量、低胆固醇的食品和纤维素高食品。如新鲜蔬菜、水果、豆制品、瘦肉。少量多餐,多喝开水,可减少肠内胆固醇的吸收,少食辛辣厚腻之品。因为胆固醇含量过高可促进动脉硬化, 辛辣之品可使滋生湿热导致肢体血管发生疾病。



饮食指导



(2) 低盐低脂饮食:每日设盐量2~4g,少食咸菜、酱菜。低脂是指少油、少脂肪、少胆固醇的饮食。烹调时可用含不饱和脂肪酸丰富的植物油,只可用煮、炖等方法。多食含钙较高的食物如虾皮、奶类。糖尿病病人应限制糖和碳水化合物的摄入,严格按照糖尿病要求进食。

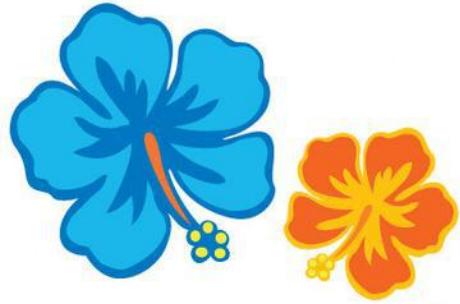
饮食指导



(3) 饮食不节:对本病的发生有一定的影响(如营养缺乏,饮酒造成脾肾失和),忌吃或少吃的辣的食品,它们都可以刺激局部发炎,加重病情。



饮食指导



(4) 在缓解期，药膳疗法通常以补益肺、脾、肾为主，不宜进食鲤鱼、虾、蟹、生鸡等“发物”。急性感染期，饮食宜清淡富含营养，应戒辛辣、燥热之品。饮食疗法应结合辨治情况。



肢体功能锻炼

肢体功能锻炼

患者平卧，抬高患肢 45° ，保持1~2分钟，然后双足下垂于床沿2~5分钟，再放置水平位2分钟，并作足部旋转、伸屈活动数次，休息2分钟，如此反复运动5回，每日3~5次。坏死溃烂期禁用此法。



健康指导



- 1.生活起居指导:** 严格戒烟，长期吸烟会使治疗无济于事，要让病人了解吸烟的危害，即烟碱对血管具有收缩作用。
- 2.饮食:** 保持病人良好的食欲和足够的营养，多食含纤维素丰富、含胆固醇量较低以及低热量、低脂肪的饮食，多喝水或淡盐水，忌食膏粱厚味、辛辣刺激之品。



健康指导



3.患肢护理：尽量避免交叉腿、盘腿、“翘二郎腿”、膝下垫枕、抬高患肢、长时间采取坐位等，患肢避免过冷过热刺激，避免热水泡脚，避免足部碰撞、压伤。

4.功能锻炼：加强体育锻炼，增强机体抵抗力，养成良好的生活习惯，减少疾病的发牛机会。适当运动，当患肢出现疼痛时应原地休息至疼痛缓解。





- 5. 预防寒冻是决定预后的关键，所以动脉硬化性闭塞症病人加强保暖。寒冷季节宜注意身体保暖，尤其四肢。**
- 6. 了解疾病发生的症状和特点，如出现皮肤色泽改变、疼痛、间歇性跛行等症状时，应立即就诊，积极采取各项防治措施。**

