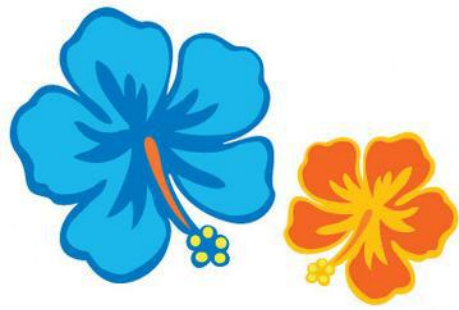




动脉硬化性闭塞症





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。

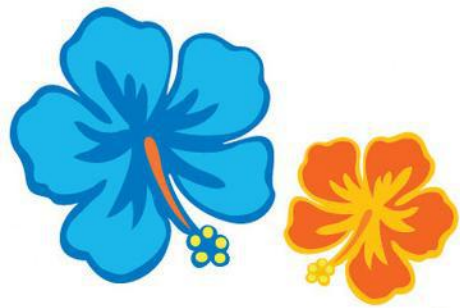




临床表现及分期

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。

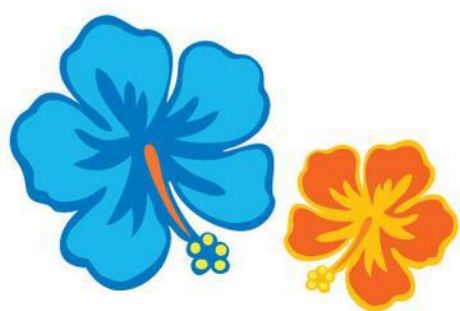




临床表现及分期

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

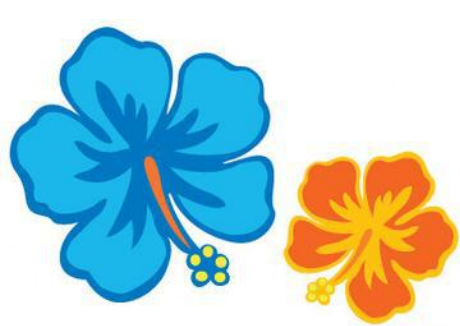
（1）寒凝证：温经通脉方

（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。





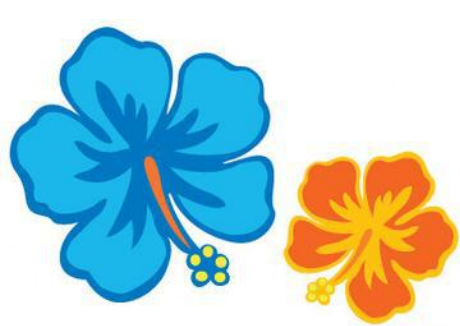
饮食指导

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，养阴活血作用的食物。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
血作用的食物。如：黑木耳、鲈鱼、
大豆、牛奶、豆芽、虾、山药等。





饮食指导

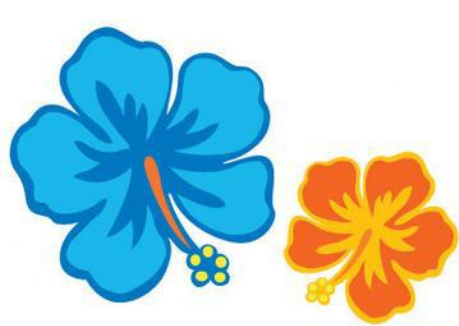
山药粥

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：

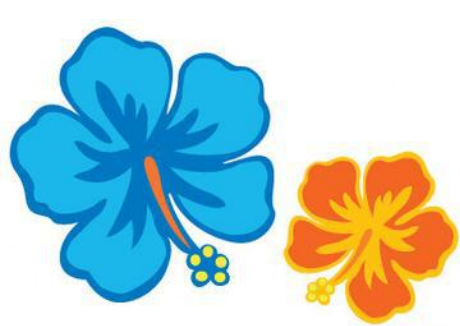
- 1、排骨加入姜片，一起加入到冷水煮到沸；然后捞出排骨备用；这个过程可以有效去除排骨的血腥味；
- 2、排骨一次加足清水，加入切好的白萝卜块，旺火煮到滚；转文火继续煲**40分钟**；
- 3、排骨软烂时，加入枸杞旺火煮**5分钟**；最后加盐、胡椒调味就可以喝了。



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。

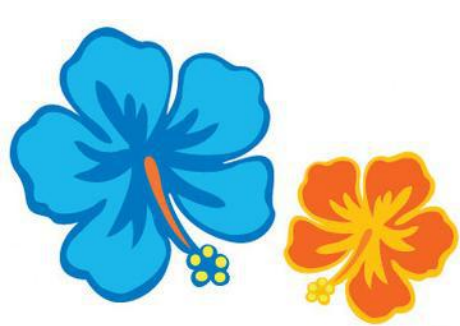




饮食指导



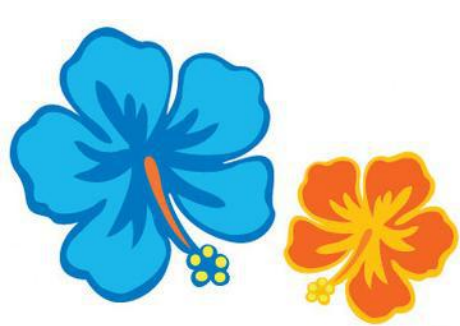
(2) 低盐低脂饮食:每日设盐量2~4g, 少食咸菜、酱菜。低脂是指少油、少脂肪、少胆固醇的饮食。烹调时可用含不饱和脂肪酸丰富的植物油, 只可用煮、炖等方法。多食含钙较高的食物如虾皮、奶类。糖尿病病人应限制糖和碳水化合物的摄入, 严格按照糖尿病要求进食。



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，像酒、辣椒、生姜、大蒜、肉桂等等，它们都可以刺激局部发炎，加重病情。

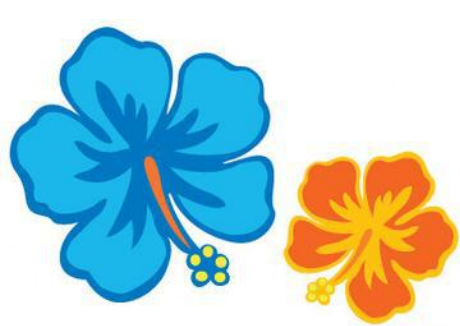




饮食指导



(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

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。

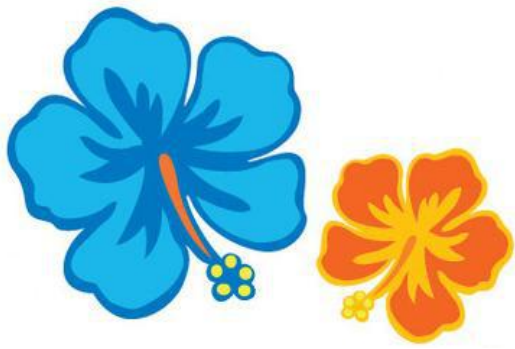




健康指导

- 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，减少疾病的发生机会。适当运动，当患肢出现疼痛时应原地休息至疼痛缓解。





健康指导

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。

