

深部靜脈栓塞衛教指導



❖常見造成靜脈栓塞的原因

- 1.靜脈因創傷(trauma)受損而發生栓塞，例如：直接撞擊靜脈、骨折壓傷靜脈及靜脈內放置導管或靜脈穿刺。
- 2.慢性或外科手術病人臥床過久，職業上需久坐或久站者，亦會引起下肢靜脈血液鬱積而發生栓塞。
- 3.凝血功能異常，因某些特殊的原因導致凝血功能亢進而引發，例如：敗血症、糖尿病、吸煙、癌症或服用特定藥物。

❖靜脈栓塞的症狀

腿部腫脹，伴隨壓痛及沉重感，在肢體活動時更痛。觸摸時可感到小腿肌稍變硬、靜脈膨脹、表淺靜脈明顯發紺，常出現腳踝有水腫情形。

❖深部靜脈栓塞治療

- (一)血栓溶解劑：目的在使血栓溶解，為治療的首要選擇。
- (二)抗凝血劑：用以控制血凝塊繼續形成或變大。

❖注意事項

- (一)急性期應臥床休息，絕不可按摩患肢，以避免肺栓塞，也不可熱敷或冷敷患側。
- (二)急性期可抬高雙腿 45-60 度，減輕下肢水腫及脹痛，增進靜脈血回流。
- (三)藥物治療注意事項：
 - 1.使用血栓溶解劑或抗凝血劑期間會有出血危險性，因此在治療期間應注意有無出血的症狀，如鼻出血、痰中帶血、血便、血尿或注射部位的血腫等，應馬上告知醫護人員。
 - 2.可能發生嚴重的副作用，如：顱內出血、過敏性休克、死亡。
 - 3.用藥期間盡量避免碰撞如跌倒及易導致流血的行為，並以軟毛牙刷取代硬毛牙刷或者改電動刮鬍刀取代剃刀或刀片。
 - 4.依照醫師指示定期監測血液凝固時間及隨時調整用藥劑量，預防出血危險性。

(四)姿勢與活動：

- 1.避免長期站立及久坐，勿交叉雙腿、坐椅避免太高、太深，導致雙腿無法著地、膝蓋處受壓，影響血循。
- 2.勿在腿部上方施壓，不宜穿著緊身衣、吊襪帶等。
- 3.避免長期臥床，盡早離床活動。如手術後應盡早下床活動。

(五)有吸菸及喝酒之病人，應戒菸及戒酒。

(六)飲食：補充足夠的水份、水果、蔬菜、果汁及高纖維食品。

(七)穿著彈性襪：防止症狀再惡化及減少發生栓塞後症候群。彈性襪之穿法及保養：

- 1.每天下床前先穿上，或穿著前先平躺於床上，並將雙腿抬起高於心臟約 15 分鐘後再穿著。晚上睡覺時不必穿。
- 2.於脫下前仍需抬高雙腿 15 分鐘後再脫下。
- 3.應以軟性或中性洗潔劑清洗彈性襪並於陰涼處晾乾，不可用洗衣機清洗及脫水，晾乾時避免日光直接曝曬。

(八)出院後定期返院追蹤檢查，以確定治療效果。

參考文獻：

楊榮森(2017)・重症住院病患小心深部靜脈栓・健康世界，5(485)，5-6。

蔡孝恩、詹志洋、陳益祥、王水深(2013)・淺談下肢靜脈曲張之治療・台北市醫師公會會刊，57(7)，28-31。



寶建醫療
社團法人
PAOCHIEH HOSPITAL

寶建醫院 關心您

總機：08-7665995

院址：屏東市中山路123號

救護專線：08-7330290

網址：www.paochien.com.tw