

下肢静脉血栓，身体里潜藏的“杀手”

范颖

宜宾市第二人民医院 四川宜宾 644000

【中图分类号】R54

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2021) 06-071-01

一谈到高致死率的疾病，很多人第一反应会是车祸？癌症？艾滋还是什么？但是有一种疾病，其实大家都耳熟能详，但却从未有真正了解或关注过，但它的致死率甚至高出我们所忌惮的艾滋病、癌症等，这类疾病就是血栓，血栓分为静脉血栓和动脉血栓。较为常见的是动脉血栓，静脉血栓虽并未被大家所重视，但实际上所导致的并发症以及其自身严重影响了人们的生活质量以及生存质量。随着社会的发展与进步，人们的生活水平得到了提高，对健康也越来越关注，静脉血栓也逐渐走进人们的视线引起人们的注意

那么什么是下肢静脉血栓？

下肢静脉血栓，听到这个词或许会感到困惑。在正常情况血液凝固是一个自然过程，当身体受到创伤或有伤口时会自动触发。当复杂的凝血机制被激活时，一个塞子状的血块会阻塞伤口以防止过度出血。有时血液凝结发生在不需要防止大出血的静脉中。这些不合适的地方包括腿部、骨盆，更罕见的是手臂。在医学上，我们称这种情况为：深静脉血栓形成（DVT）。

深静脉血栓形成的主要原因是静脉壁损伤、血流缓慢和高凝状态。我相信静脉壁损伤和血流缓慢必须得到很好的理解，但什么是血液的高凝状态？原来，人体有伤口后，我们的血液会产生一系列反应，使之更容易凝结，填补伤口上的空隙，避免过多出血。

深静脉血栓形成多见于长期卧床、四肢不动、大手术或外伤、晚期肿瘤或有明显家族史的患者。

深静脉血栓形成的主要症状是：患肢突然肿胀、疼痛，软组织张力增加；活动后加重，患肢抬高可减轻，静脉血栓形成部位常有压痛。发病 1-2 周后，患肢浅静脉可能暴露或扩张。当血栓位于腿部肌肉静脉丛时，可通过按压腿部背部引起局部疼痛，或当患肢伸直，脚突然向上倾斜时，可引起腿部深部肌肉疼痛。

严重下肢深静脉血栓形成的患者大腿可出现白色肿胀甚至黑色肿胀。大腿白肿是指整个下肢明显肿胀剧烈疼痛，股三角、腘窝及小腿背部压痛，皮肤苍白，伴有体温和心率升高。股骨挫伤是下肢深静脉血栓形成最严重的病例。由于髂股静脉及其侧支血管全部被血栓阻塞，静脉回流严重受阻，组织张力很高，导致下肢动脉痉挛和肢体缺血。临床表现为患肢剧烈疼痛，皮肤光泽呈紫蓝色，皮温低伴水泡，足背动脉搏动消失，全身反应强烈，体温高，如不及时治疗，可发生休克和静脉性坏疽。

可能会增加患深静脉血栓形成的因素包括：年龄、肥胖、住院期间长期卧床休息、受伤或手术导致的血流受限、癌症及其治疗、家庭血栓形成的家族史等。当然，如果你以前患过深静脉血栓形成，它会大大增加你的风险。

下肢静脉血栓到底有多可怕？

数据往往是最有说服力的，那么下肢静脉血栓有多可怕呢？欧洲医学专家在 2007 年发表的论文中就有所体现，其实深静脉血栓其实就在我们身边，甚至可能随时发生在我们身

上，不分年龄不分性别甚至不分时间。

静脉血栓形成是常见的，往往是致命的。在西方国家，平均每 8 秒钟就有一人被诊断出静脉血栓形成。也就是说，仅是欧洲和美国，每年就有 400 万新的患者。

在欧洲，每年有 51.4 万人因静脉血栓被剥夺生命，而在西方世界，每年约有 84.1 万人被杀害。大约 10% 的患者死亡是由深静脉血栓引起的急性死亡。

2017 年欧洲相关研究机构发表的一份报告显示，静脉血栓形成导致的死亡人数是艾滋病、乳腺癌、前列腺癌和交通事故造成的死亡人数的两倍。

下肢静脉血栓形成和肺栓塞有什么关系？

肺栓塞常伴有静脉血栓形成。虽然发病率不高，但一旦发生，死亡率就很高。那么肺栓塞和深静脉血栓形成之间的转换是怎样的呢？

结果发现，深静脉血栓形成往往形成于静脉瓣膜后，对血流有很大影响。深静脉血栓形成有着巨大的潜在风险，即血栓被血液冲走，并随着血液在静脉中流动。血栓可以沿着深静脉一路输送到很远的地方，最终的结果很可能到达心脏，通过心脏进入肺动脉。

栓塞可以在大血管中自由“行走”，但是肺部的血管要小得多。因为肺部的血管需要广泛分布在肺叶，以提供生命所需的氧气，在这些小静脉中，栓塞极有可能造成血管阻塞。肺血管被血栓阻塞，我们称之为肺栓塞。

肺栓塞最常见的症状是呼吸急促、胸痛，尤其是深呼吸和咳嗽时咳血；呼吸急促都是其较为明显的临场症状。

骨科手术与下肢静脉血栓形成有什么关系？

下肢骨科手术是静脉栓塞的重灾区，因为下肢是离心脏最远的地方，在进行手术时，特殊的位置可能会使静脉扭曲，或者使用电刀，术中关节脱位复位等外力可能造成静脉损伤、水肿，而术后功能锻炼不足，均易导致血栓形成。

一般来说，人的红细胞、血小板、纤维蛋白等成分就像路上的各种车辆。当道路环境发生变化，造成交通堵塞时，就会堵塞血管，引起深静脉血栓形成。

易发生深静脉血栓的骨科患者包括 65 岁以上的老年人、手术时间超过 1 小时的患者、术后不能活动的患者、恶性肿瘤患者、服用激素的患者、有脑血栓或下肢静脉血栓病史的患者，放置动脉支架等后停药的患者应注意深静脉血栓的预防。

总结

随着我国经济的发展和进步，人们对于健康越来越重视，血栓已成为人们热议的健康话题之一，在日常生活中需改善不良生活习惯，饮食做到低脂低糖，减少对血管的压力，长期卧床患者需经常在床上进行主动活动，提高血液循环速度。血栓虽然可怕，但只要注意日常生活则可尽量减少其发生的可能，同时一旦发现身体出现任何问题，需第一时间及时千万医院进行检查，排除相关疾病的可能，积极配合治疗，早日恢复健康。