

我有靜脈曲張怎麼辦？我可以選擇什麼治療方式？

前言

本表單將幫助您瞭解病因及有哪些治療選擇，請跟著我們的步驟，一步步探索自己的需求及在意的事情，希望能幫助您思考適合自己的選擇。

什麼是靜脈曲張？

靜脈曲張是一個相當常見的疾病，發生率約 10-20%，男女比率約為 1:2，簡單的嚴重度分級為 CEAP (Clinical-Etiology-Anatomy-Pathophysiology) 分級，分為 1-6 級。

C0：正常

C1：微細小靜脈，又稱蜘蛛絲

C2：標準靜脈曲張，直徑約 3-5mm。

C3：下肢水腫。

C4：腳踝顏色變深。

C5：皮膚發生潰瘍出血，可止血。

C6：皮膚發生潰瘍出血，但出血不止。

靜脈曲張成因為何？

靜脈曲張的成因仍未確定，目前多數認為是靜脈瓣膜閉鎖不全所致，靜脈瓣膜閉鎖不全導致下肢靜脈回流不佳，靜脈鼓脹，靜脈壓力上升。缺氧血長期積在下肢，久了之後造成慢性發炎的反應，表現在皮膚上造成顏色變深，色素沉著，皮膚變薄，及更嚴重時的潰爛出血。

靜脈曲張疾病症狀

靜脈曲張的症狀主要包括痠麻腫痛癢及半夜睡覺腳抽筋，除此之外，有時會覺得患肢特別重或燙。另外，容易在靜脈曲張的血管內形成發炎性血栓炎，造成疼痛，少數血栓可能延伸進入深部靜脈，再來就有可能跑到肺部形成肺栓塞，可能有致命危險。

何者為靜脈曲張好發族群？

1. 久站久坐的工作：例如醫療人員、廚師、服務業工作人員、空服員、電腦工作者、司機等等。
2. 抬重物的工作：例如農夫、水電工、紡織工人等等。
3. 家族遺傳：父母親或兄弟姐妹有靜脈曲張者。
4. 體重過重。
5. 懷孕婦女。
6. 曾經發生過深部靜脈血栓的患者。
7. 高齡患者：年齡越大發生機會越大。

靜脈曲張治療方式有哪些？

靜脈曲張治療方式多元，其應包含但不僅限於以下介紹的方式：

1. 保守治療：即為穿著醫療級彈性襪，選擇醫療級彈性襪的目的是唯有醫療級彈性襪能夠提供血液由下往上壓力遞減的運送方式，達到症狀緩解的效果。但這個方式只能盡量維持靜脈曲張不要持續惡化，當脫下彈性襪時，靜脈曲張仍然存在。
2. 硬化劑治療：針對較細小的表淺小靜脈，直徑約 1-3mm，可以考慮硬化劑治療，其原理為

硬化劑可以藉由發炎反應達到血管破壞的效果，當血管破壞被吸收後自然就消失了，然而此方式對於直徑較粗的血管效果有限。

3. 傳統靜脈曲張剝除手術 (stripping)：必須將皮膚切開找到血管並且打開血管，以通條的方式將整條靜脈抽除，雖然可以將整條血管徹底移除，但傷口較大，對周邊組織尤其是周邊神經及血管分支破壞較多，術後常有疼痛及嚴重瘀血的後遺症，恢復較慢。
4. 微創血管內雷射或射頻手術 (EVLT or EVRF)：以血管內導管熱能方式閉合血管取代傳統抽除手術，減少對周邊組織(神經)的破壞，但仍需在釋放熱能之前對血管周邊施打保護液減少對周邊組織的熱傷害，術後恢復快，傷口僅有數個針孔大小。
5. 靜脈膠水黏合手術 (Venaseal closure)：類似上述微創手術方式，以靜脈膠水取代導管的熱能破壞血管的方式，因為不需要給予血管周邊的保護液，因此將傷口減少到剩下一個針孔。
6. 迷你小傷口靜脈剝除術：針對 3mm 以上的表淺靜脈，當超音波下診斷無大隱靜脈或其他主幹的異常時，建議僅施以此術式移除局部血管。
7. 體表雷射：針對小於 1mm 直徑，連針頭都進不去的非常微細血管，可以考慮使用體表雷射來處理，主要是為了美觀。

臨床上每個病患適合的方式不盡相同，建議由專業醫師進行評估後再決定。

表一、主要治療方式優缺點簡介：

	優點	缺點
穿著彈性襪	無任何侵襲性	只能盡量維持疾病嚴重等級，無法治癒
硬化劑注射	門診可治療，無須麻醉	僅適合治療直徑 1-3mm 的小血管，效果較侷限
傳統靜脈抽取術	靜脈曲張的復發機會低，有健保給付	傷口較大且可能有多個傷口，術後會有疼痛感，需要較長的時間恢復
微創血管內雷射或射頻	傷口少，恢復快	耗材本身無健保給付，需要自費
微創靜脈膠水黏合手術	傷口最少，恢復快	耗材本身無健保給付，需要自費

何時建議外科手術？

1. 有靜脈曲張症狀：包括酸痛腫脹、腳抽筋等症狀及血栓靜脈炎、皮膚潰瘍出血等等
 2. 血管超音波檢測出逆流及變粗的血管：檢查血管包括大隱靜脈，小隱靜脈或是穿通枝。
- 當發生以上兩點情況時即建議進行外科手術治療。

然而，有下列情況之病人不宜接受手術：

1. 深部靜脈阻塞
2. 周邊動脈阻塞疾病(應先處理動脈的問題)
3. 局部發炎、感染(如蜂窩性組織炎尚未得到適度的控制時)

如何預防靜脈曲張？

1. 維持下肢適度活動，避免長期久站或久坐：踏步或任何形式的下肢肌肉反覆收縮放鬆活動即可啟動肌肉幫浦，促進血液回流。而游泳是建議的運動。
2. 抬腿：適度抬高腿部可以促進下肢血液透過地心引力回流到心臟，促進血液循環。
3. 避免泡溫泉或熱水：高溫易使血管擴張，造成靜脈曲張更嚴重。
4. 避免過度肥胖，維持適當體重。
5. 睡覺時稍微將腳墊高。
6. 避免腹內壓上升的情況：例如便秘或慢性肺疾。
7. 懷孕時建議穿著彈性襪。
8. 不抽菸或戒菸：菸會破壞血管，增加靜脈曲張機會。
9. 服用避孕藥物可能增加血栓風險，間接導致靜脈曲張產生。
10. 當無法避免久站或久坐的工作時，建議穿著彈性襪。

當您懷疑發生靜脈曲張時，建議及早就醫，獲得專業諮詢，以減少後遺症的發生。

國泰醫院 心臟血管外科 李孟霖醫師

請透過以下四個步驟來幫助您做決定

步驟一、比較每個選項的優點、缺點、風險、副作用(併發症)、可能的費用。

靜脈曲張手術方式	微創血管內雷射或射頻	微創靜脈膠水黏合手術	傳統靜脈抽取術
機轉原理	熱能燒灼	物理黏合	直接移除
副作用	血管周邊感覺神經受損，風險低	風險極低	血管周邊感覺神經受損，血管分支破裂血腫，風險較高
傷口大小	三至四個小針孔	只有一個針孔	大
手術費用	自費約4萬(射頻)，6萬(雷射)	自費約8萬	健保
復原時間	短	短	長
術後彈性襪	1個月至半年	兩周以內	長期

★提醒您：術後彈性襪穿著時間目前尚無定論，原則上長期穿著可減少未來復發機會

步驟二、您選擇醫療方式會在意的項目有什麼?以及在意的程度為何?

請圈選下列考量因素：1分代表對你不重要，5分代表對你非常重要

考量因素	非常重要	重要	普通	不重要	非常不重要
成功率	5	4	3	2	1
復發率	5	4	3	2	1
傷口復原時間	5	4	3	2	1
複雜的後續追蹤及照護	5	4	3	2	1
手術費用	5	4	3	2	1
影響生活品質	5	4	3	2	1

步驟三、您對醫療選項的認知有多少?

- 1.我已經知道靜脈曲張手術的方式 知道 不知道 不確定
- 2.我已經了解手術相關的風險 了解 不了解 不確定
- 3.我已經知道手術後如何進行照護 了解 不了解 不確定

步驟四、您現在確認好醫療方式了嗎?**1.我做決定前還需要：**

- 更深入了解每個治療方式
- 需要和其他人討論看看
- 需要和醫師更詳細的討論
- 不用了，我已經做好決定

2.目前為止，您偏好哪項治療選擇?

- 靜脈曲張手術
- 微創血管內雷射或射頻手術 靜脈膠水黏合手術 傳統靜脈抽除手術
- 硬化劑治療
- 保守治療(穿著彈性襪)
- 不進行任何治療，原因：_____
- 需與醫師再做討論
- 對於以上治療方式，我想要再了解更多，我的問題有：
- _____
- _____

瞭解更多資訊及資源：

- 台灣胸腔及心臟血管外科學會
- 台灣血管外科學會