

专家与您
面对面

周围血管疾病

主编 杨永久 张新庆



怎么防, 怎么治?

全面了解周围血管疾病

正确面对周围血管疾病的“防”与“治”



中国健康传媒集团
中国医药科技出版社

专家与您面对面

周围血管疾病

杨永久 张新庆 主 编



中国健康传媒集团
中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书为周围血管疾病的科普读物，对血管疾病的早期筛查与健康指导知识进行阐述。全书以病例为引导，以问题为中心，针对血管疾病的常见问题和健康知识进行问答式解读；从血管疾病的危险因素、常见表现、检查方法和健康康复指导、预防等方面，配合彩图，对周围血管病的防治进行了深入浅出的阐述。本书可供周围血管疾病患者和家属阅读，也可供基层医务工作者学习参考。

图书在版编目 (CIP) 数据

周围血管疾病 / 杨永久, 张新庆主编. — 北京: 中国医药科技出版社, 2019.3

(专家与您面对面)

ISBN 978-7-5214-0803-4

I . ①周… II . ①杨… ②张… III . ①血管疾病—防治 IV . ①R543

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 027856 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 锋尚设计

出版 中国健康传媒集团 | 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710 × 1000mm 1/16

印张 10 1/4

字数 151 千字

版次 2019 年 3 月第 1 版

印次 2019 年 3 月第 1 次印刷

印刷 三河市万龙印装有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5214-0803-4

定价 49.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话: 010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

编 委 会

主 编 杨永久 张新庆

副主编 皮 林 黄柳桓 高艳华

编 委 (按姓氏笔画排序)

丁 旭 (清华大学附属垂杨柳医院)

卢再鸣 (中国医科大学附属盛京医院)

田 磊 (解放军总医院第六医学中心)

白丽伟 (辽宁省喀左县第三初级中学)

皮 林 (清华大学附属垂杨柳医院)

杨永久 (清华大学附属垂杨柳医院)

李力宏 (清华大学附属垂杨柳医院)

宋 岩 (清华大学附属垂杨柳医院)

宋士萍 (清华大学附属垂杨柳医院)

张新庆 (清华大学附属垂杨柳医院)

陈 泉 (甘肃省人民医院)

赵洪伟 (首都医科大学附属北京世纪坛医院)

徐世莹 (清华大学附属垂杨柳医院)

高艳华 (清华大学附属垂杨柳医院)

黄 强 (首都医科大学附属北京朝阳医院)

黄柳桓 (北京市石景山医院)

梁宏元 (中国医科大学附属盛京医院)

詹小娜 (清华大学附属垂杨柳医院)

满新贺 (清华大学附属垂杨柳医院)

翟梦瑶 (北京和睦家医院)

前言

我们人体的血管就如同地球上的河流，纵横交错地分布在身体内的每个角落，日夜不息地为我们输送着血液营养，是一条日夜奔流不息的“生命之河”。

周围血管疾病已经成为危及我国人民健康和增加经济负担的常见慢性病之一。血管问题引发的疾病，会出现多种多样的情况。下肢动脉硬化、急性动脉栓塞、糖尿病足、下肢静脉曲张、深静脉血栓形成、致命性肺栓塞、蚯蚓腿等各种疾病，看似是不同的脏器或组织上出现了问题，但实际上这些疾病都是由周围血管问题引发的。日常生活中经常出现的肢体凉、麻、痛，肢体肿胀，肢体足趾破溃，脉搏减弱或消失，“蚯蚓腿”等，这些看似无关紧要的症状，都是血管无声的呐喊，是在警示我们自己的周围血管出现了问题。对于这些周围血管疾病常见的疑问，读者可以从本书里找到答案，了解如何才能养护好自己的周围血管，让“生命之河”川流不息。

本书的编者都是从事临床一线工作的中青年学者，在其繁重的医疗、教学和科研工作的同时积极参与本书的编撰，付出了许多的努力。编者在本书编写的过程中力求科学实效、图文并茂、通俗易懂，在参考国内外有关诊疗规范与最新进展的基础上，结合每位编者的临床经验，从百姓最关心的常见周围血管问题写起，以为公众及关心血管疾病健康的血管病患者简述常见周围血管疾病的健康科普知识，提高读者的生活质量。编者也真诚欢迎我们的读者朋友，针对本书存在的问题和不足提出建议和意见。

编者

2019年1月

目录

001



总论

生锈了的血管
下肢动脉硬化闭塞症



015

致命的“甜蜜”足疾
糖尿病足



033

051



“蚯蚓腿”的前因后果
单纯下肢静脉曲张

067



肺栓塞的致命元凶
深静脉血栓形成

身体里的不定时炸弹
主动脉瘤



081

生命主干道的灾难性病变
主动脉夹层



093

心房血栓的致命旅程
急性动脉栓塞



105

奇怪的无脉症
多发性大动脉炎



119

133

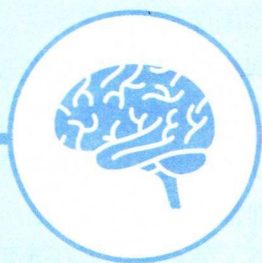


静脉也会发炎吗？
浅表性静脉炎

151



感染的第三条人体生命线
急性淋巴管炎



总论



☑ 什么是周围血管?	003
☑ 周围血管有多重要?	003
☑ 破坏血管的生活方式有哪些?	003
☑ 哪些病属于周围血管疾病?	004
☑ 周围血管病有哪些常见的表现?	004
☑ 常见的周围血管疾病都有哪些?	005
☑ 血管介入治疗技术是从哪里来的?	009
☑ 到底是什么血管介入治疗技术?	009
☑ 血管外科的介入治疗有哪些优势?	010
☑ 记得节后给周围血管做个体检。	011
☑ 我该怎样保养我的血管?	011

什么是周围血管？

血管是指血液流过的一系列管道，所谓周围血管是指除心脏和脑血管以外的躯干和四肢血管，包括动脉、静脉及毛细血管。动脉从心脏将血液带至身体组织，静脉将血液自组织间带回心脏，微血管则连接动脉与静脉，是血液与组织间物质交换的主要场所。

周围血管有多重要？

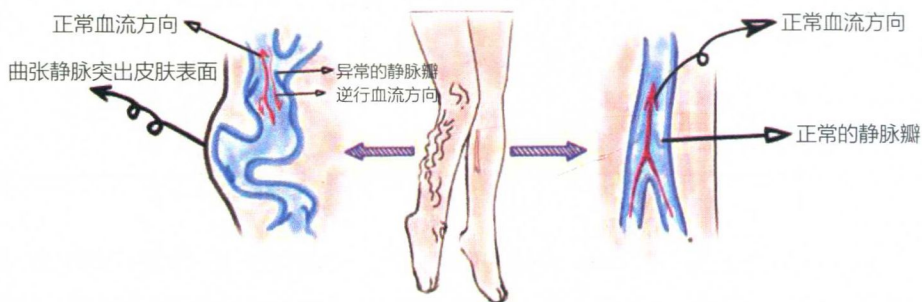
血管是人体交通的生命线。人体的血管好比一个输油管道，动脉血每时每刻在动脉中流动，就好比人体内的原油，通过不同管道将能量源源不断输送至各组织器官。如果把一个人全身所有的血管连接起来，全长有15万多公里，可以绕赤道4圈。它如同地球上纵横交错的河流，分布在身体内的每个角落。血管一旦出现了管腔的堵塞、狭窄或是扩张、增宽，最终引起器官缺血坏死或血管破裂出血，严重者甚至危及生命。

破坏血管的生活方式有哪些？

如今，人们常在外面应酬，食用“高油、高盐、高糖”的不健康饮食，导致血管里的脂肪越来越多，容易将血管堵塞。繁忙的都市生活，昼夜颠倒，打乱血管生物钟，越来越多人不可避免地成为“熬夜族”。一天两包烟，血管易“中毒”。研究证明，吸烟是血管疾病的独立危险因素。坏心情伤血管，精神压力可引起血管内膜收缩，加速血管老化。长期不运动，血管内的垃圾会逐渐累积，形成粥样硬化斑块这个“不定时炸弹”。高血压、糖尿病也拖累周围血管，高血糖不仅累及微血管，还会导致大血管病变，没有症状或不加控制的高血压，是引发诸多血疾病的导火索。下肢血管很重要，但常被大家忽视，如果脑

血管有问题，出现心脏病的概率是正常人的2~3倍，可如果下肢血管有问题，这概率就会变成4倍。

哪些病属于周围血管疾病？



周围血管疾病是除心脏和颅内血管区域的血管疾病。周围血管疾病是一种危害性极强的高发病种，若长期不愈，病情将呈进行性发展趋势，重者将导致截肢致残，甚至危及生命。周围血管病分为**动脉系统疾病**、**静脉系统疾病**和**动静脉联合疾病**。

通俗地说，如果血管破了，窄了或堵了，血管壁薄弱后血管扩张——鼓了，血管连接错位了，血管在胎里没长好或者长了肿瘤就得了血管病，常说的血管损伤、动脉栓塞、动脉硬化闭塞症、脉管炎、静脉血栓形成、布-加综合征，动脉瘤、静脉扩张、静脉瓣膜病、动静脉瘘、血管瘤、动脉体瘤和雷诺病等都属血管疾病。

周围血管病有哪些常见的表现？

- 手术后或不明原因地在短时间内出现的一侧或双侧下肢肿胀，要警惕深静脉血栓形成。
- 有心脏病房颤的患者突然出现剧烈腹痛、恶心、呕吐或突然出现肢体

的凉、麻、痛、苍白、缺血，很可能出现了动脉栓塞。

● 老年人、糖尿病患者逐渐出现的肢体脉弱、无脉，短距离步行后小腿抽筋、疼痛，休息后缓解，步行再发；肢体凉、麻、痛，再严重肢体就会出现青紫、发黑坏死，这些是动脉硬化狭窄、闭塞的表现。

- 青年人特别是男性出现肢体脉弱、无脉、凉、麻、痛，有可能得了脉管炎。
- 年轻女性脉弱、无脉、头晕、高血压、白内障有，可能得了大动脉炎（无脉症）。
- 身体任何部位摸到跳动的肿块可能是动脉瘤或动静脉瘘。
- 下肢青筋暴露，甚至瘙痒、发黑、破溃、静脉曲张等，可能是静脉曲张。
- 一些易见的血管突起、含血肿块都可能是血管病。

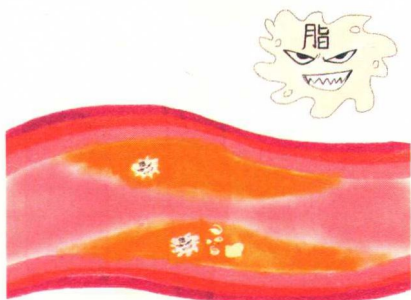
得了血管疾病轻则可能致残，重则会危及生命。应及时来血管科诊治。大多数血管疾病是可治疾病并且治疗效果良好。



常见的周围血管疾病都有哪些？

生锈了的血管——外周动脉粥样硬化闭塞症

随着年龄的增大，人体的血管会形成的斑块脂类物质，像水管结水垢一样逐渐堵塞血管，动脉血管腔越来越狭窄或阻塞。这就好比我们日常生活中用的自来水水管，日久要生锈一样，生锈的水管腔会越来越窄，水流就越来越细，流动也越来越困难。换成血管的话，就会导致管腔闭塞而发生肢体远端缺血等严重后果，对人类健康的危害甚大所以称之为动脉粥样硬化。



致命的“甜蜜”足疾——糖尿病足

糖尿病足是糖尿病严重的血管并发症之一，常出现足部感觉丧失、疼痛、溃疡及肢端坏死等。最常见的后果是慢性溃疡，最严重的结果是截肢。糖尿病足的发患者群主要为糖尿病病程较长且血糖控制不良的老年患者，由于痛觉减弱或消失，往往不能及时发现病变，从而使伤口迅速扩大，造成足部溃烂、肢端红肿、变黑、坏疽等。



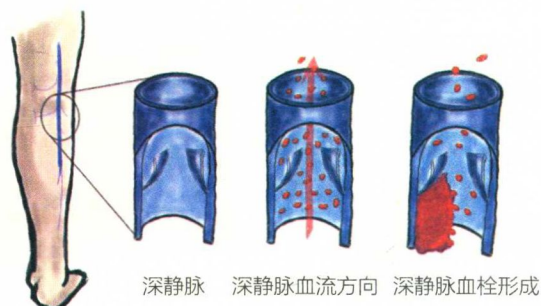
“蚯蚓腿”的前因后果——单纯下肢静脉曲张

小腿爬上了“蚯蚓”，恐怖吗？要知道，有一种“蚯蚓”深藏在皮肤下，趁你不注意的时候慢慢现身，刚开始的时候不痛也不痒，往往易被人忽略和不重视，可是如果你不管它，渐渐地腿部会有酸胀感，并出现皮肤色素沉着，肢体出现异样感觉，如麻木、瘙痒等，一旦瘙痒抓破后，就会形成溃疡和坏疽。这种“蚯蚓”在医学上称之为下肢静脉曲张，是一种下肢静脉系统血管病变。



肺栓塞的致命元凶——下肢深静脉血栓形成

如果突然发生单腿肿胀，并伴有胸闷气短，很有可能就是下肢深静脉血栓——这个悄无声息的“杀手”在作祟，易发生急性肺动脉栓塞，必须尽快就医。

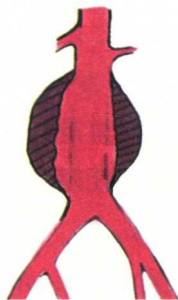


深静脉血栓形成是指身体的深静脉形成了血栓，通常下肢静脉最为常见。发病早期常无任何症状，病情加重可引起患肢疼痛、肿胀，静脉内的血栓一旦脱落，会随着血流在身体内游走，若血栓堵塞肺部血管，即肺动脉栓塞，常危及生命。

身体内的不定时炸弹——主动脉瘤

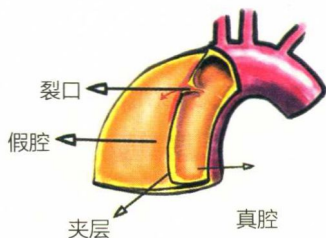
动脉瘤不是我们常说的癌症，它是动脉壁形成局限性膨出，以搏动性肿块为主要症状，可以发生在动脉系统的任何部位。而以肢体主干动脉、腹主动脉和颈动脉较为常见。动脉瘤的病因有两类。

- 1 先天性动脉壁结构异常，如马方综合征。
- 2 后天性动脉病变或损伤，如动脉硬化、损伤、感染（细菌性或梅毒性）以及非感染性动脉炎（如多发性大动脉炎，放射性动脉炎）等。



生命主干道的灾难性病变——主动脉夹层

主动脉疾病是人类自出现就无法避免的疾病。有很多名人爱因斯坦、林肯、李四光、美国排球明星海曼以及我国排球运动员朱刚等，都死于主动脉疾病。主动脉夹层是最凶险的疾病，即主动脉内膜被撕裂，血液经破口进入到血管壁的中层，形成了一个夹层，这种情况下，血管壁只剩下一层薄薄的外膜，在主动脉血流的高压冲击下，一旦破裂就会像决堤的洪水一样，患者迅速死亡，只需几分钟。



心房血栓的致命旅程——急性动脉栓塞

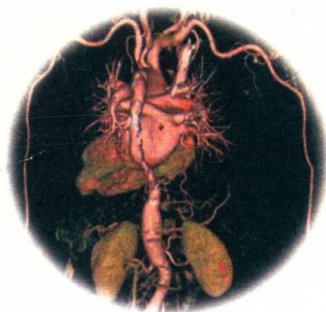
急性动脉栓塞，指的就是人体的动脉被栓子给堵塞了。具体来说，就是血栓（大部分来自心房）或进入血管内的异物成为栓子，这些栓子会随着血流流

动，最终堵在和自己体积差不多的动脉内，最终造成动脉阻塞，引起急性缺血的临床表现。这种病起病急，症状重，进展迅速，严重者可能引起动脉供血脏器或肢体的缺血坏死而危及生命。



奇怪的无脉证——多发性大动脉炎

多发性大动脉炎又称为高安病，无脉病，主动脉弓综合征等，是一种较为常见的原发性免疫性动脉疾病，多发于青少年女性。本病特点是主动脉及其主要分支的多发性、非化脓性炎症性疾病，病变常累及数处血管，使受累血管发生狭窄或闭塞，少数可引起扩张或动脉瘤形成。



静脉也会发炎吗？——浅表性静脉炎

静脉炎的出现为人们造成很大的苦恼，静脉炎再也不是一个陌生的话题。早期发现患肢出现红、热区域，伴有触痛，在牵引患部时疼痛加剧，检查时在浅静脉可见1cm宽的红线，长短不一，局部皮肤温度增高，皮下触及一柔软的索状肿块，此即血栓形成的静脉，皮肤的红、热说明有静脉周围炎和渗出。随着病变的消退，皮肤红、热和局部触痛逐渐消失，而留下棕色色素沉着。该静脉在数周内仍可触及索状肿物，有时可永久不退。



感染的第三条人体生命线——急性淋巴管炎

急性淋巴管炎是一条或多条淋巴管发炎，是通过局部创口或溃疡感染细菌所致，也有一些患者没有明确的细菌侵入口，感染从淋巴管传播到局部的淋巴

结所致。本病多见于四肢，往往有一条或数条红线向近侧延伸，沿行程有压痛，所属淋巴结可肿大、疼痛，严重者常伴有发热、头痛、全身不适、食欲不振及白细胞计数增多，所以早诊断、早治疗才是关键。



血管介入治疗技术是从哪里来的？

血管介入治疗也叫腔内血管外科技术，开始于20世纪60年代，1964年血管外科大夫Dotter等首先采用同轴导管技术成功地完成了动脉狭窄扩张术，开创了血管疾病介入治疗的先河。此后，该项技术不断完善，不断扩大治疗范围，如血管腔内成形术（扩张术）、腔内支架置入术（上支架）、动脉瘤隔绝术（上带膜支架）和动脉栓塞术等，用于治疗各种周围血管疾病、冠心病、各种肿瘤的局部化疗和栓塞等，它已成为血管外科的重要治疗手段。

治疗血管疾病，您要找内行
——血管外科的介入治疗优势

到底是什么血管介入治疗技术？

什么是血管外科介入治疗技术？

血管外科介入技术是在影像设备的监测下利用特殊的穿刺针、导管和器械，经皮进入血管腔内的治疗性操作。

血管外科介入技术治疗什么疾病？

大多数的动脉狭窄和扩张性疾病均可用血管外科介入技术治疗，如主动脉夹层动脉瘤、肢体动脉缺血、颈动脉狭窄、锁骨下动脉狭窄、腹主动脉瘤、周围动

脉瘤等。下肢深静脉血栓形成易并发肺栓塞，也可通过血管腔内放置滤器得到预防。

血管外科介入治疗有什么优点？

血管外科可以为您选择治疗血管疾病的最好方案，如保守治疗、介入治疗、手术治疗等。血管外科介入治疗具有微创、安全、住院时间短、远期疗效好的特点，是血管外科重要治疗手段之一。

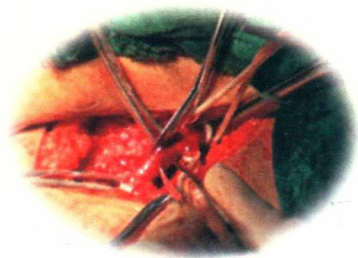
介入治疗出现风险怎么办？

介入治疗也有一定的风险，如血管损伤、血栓形成等，可由富有经验的血管外科医师直接处理。

血管外科的介入治疗有哪些优势？

血管外科最懂血管病

血管疾病复杂多样，不是单一手段能处理好的。血管外科大夫知道血管疾病是怎么回事，他们掌握着包括药物、介入、手术等完善的治疗手段，从患者利益出发怎么治疗最好，就用什么方法，不会出现“为做介入而做介入”的现象。



血管外科大夫掌握着完善复杂的介入技术

他们最懂血管解剖，有着灵巧的双手，能高质量地完成各种介入治疗，一些介入技术必须是在手术的配合下才能完成的。

可为您提供良好的术前、术中、术后服务

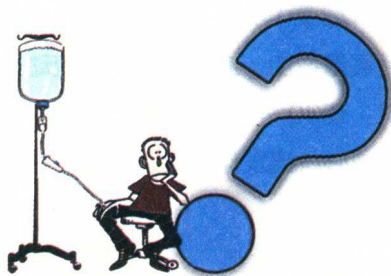
作为临床科室，血管外科可为您提供术前、术中、术后全面的服务，期间万一出现意外（任何疾病的治疗都可能有个别并发症发生），血管外科医师经验

丰富，手段全面，可以直接处理，这是其他辅助科室难以做到的，为患者增加了安全保证。

记得节后给周围血管做个体检。

每逢节假日前后，医院里周围血管疾病患者常会增加。因此，不妨给周围血管做个全面的检查，这样能及早发现风险，尽早预防，让血管健健康康地开始新的一年。

为何血管疾病容易在长假后频频逞凶？这主要有四方面原因：一是春节前后，气温仍然较低，人体血管收缩痉挛，容易引起供血不足；二是冬春季节天气干燥，导致血液黏稠度过高，可能致使血管堵塞；三是长假期间，人们容易摄入太多高脂肪、高热量的食物，这会导致血脂、血糖增高，也会增加血液黏稠度，增加血管病的发病危险；四是休假期间，人们熬夜娱乐、生活无规律等，容易情绪激动，加大了血管疾病发作的风险。所以，为了在早期发现病患风险及有效降低血管疾病危害，体检必不可少。长假回来，投入紧张的工作前，一定要更关注血压、血糖、血脂，尽早发现高血压、糖尿病和高血脂等疾病苗头。已有高血压、糖尿病和高血脂等患者，即使没有胸闷、憋气等心血管疾病症状，也不能放松警惕，一定要到专业的体检中心筛查血管疾病。



我该如何保养我的血管？

莫生气，凡事心平气和。

多吃有益于心脏的水果，如苹果、香蕉等。

饮食规律，多吃蒸煮食品，少盐多醋，少吃荤肉。

睡眠充足良好，人休息好了心脏也好。

多运动，增强心脏功能。

少喝咖啡。