

探究医用压力弹力袜对预防下肢静脉曲张效果

杨海兰 丁 燕 普云华

(云南大学附属医院 云南 昆明 650000)

【摘要】作为一种常见的周围静脉性疾病,下肢静脉曲张的产生会对人体的健康和身体舒适程度产生不良影响,想要预防下肢静脉曲张,除了要避免长时间战力之外还可以采用一些外部医疗产品的辅助性作用来实现对该类疾病的治疗和预防。医用压力弹力袜作为一种新型的医疗产品,其产生的压力从下到上逐步递减,可以对人体的血液循环起到促进作用,能够有效的预防、缓解并治疗下肢静脉曲张类疾病,在目前医学领域的应用逐步广泛。通过对医用压力弹力袜的应用展开分析,了解其在下肢静脉曲张疾病的预防及治疗过程中的作用,掌握具体的穿戴方法为后续患者实际使用提供相应参考,能够进一步提升下肢静脉曲张的治疗和护理效果。

【关键词】医用;压力弹力袜;预防;下肢静脉曲张;护理

1 下肢静脉曲张病发症状和护理预防

作为外科常见的周围静脉性疾病,下肢静脉曲张的形成是因为深静脉瓣膜受损或者血栓引起的下静脉阻碍回流,由此导致下肢浅表静脉的扩张或迂曲。一般情况下,该种病症的易发群体主要为长期坐立工作人群以及过度疲劳、长期便秘和肥胖人群。在长时间站立工作者当中会有30%左右的人群容易患有下肢静脉曲张类疾病,这种疾病的外部表现主要以下肢呈现蚯蚓类形状为主,有些患者会出现疲惫乏力的感觉,通过行走或躺卧能够减轻不适感。如果下肢静脉曲张进一步发展会导致皮肤的营养性变化以及踝部肿胀,外部表现为皮肤出现色素沉淀、瘙痒、硬结甚至是溃疡等情况,更有甚者会出现血栓脱落,进而形成肺栓塞等疾病。

想要从根本上预防下肢静脉曲张,最关键的一点是要保证双腿的站立时间维持在合理的时间范围内,另外不要长时间保持相同的姿势站立,除此之外可以通过用腿习惯的改善来缓解静脉曲张的现象。目前在临床上最为有效便捷的治疗方法就是通过穿戴医用弹力袜来缓解因静脉曲张导致的是下肢不适,来治疗此类疾病所产生的不良病症,这种弹力袜能够让患者在穿戴之后即使保持站立姿势也能够对其双腿静脉瓣膜产生保护效果。在穿戴医用弹力袜后,下肢静脉曲张患者也要通过饮食护理来配合治疗和预防病变,要戒烟戒酒,食用一些含有高纤维素且容易消化的食物,另外不要食用辛辣油腻的食物,要加大饮水量确保排便顺畅,以此减少下肢静脉的压力。

2 医用压力弹力袜使用方法和注意事项

在使用医用压力弹力袜时要结合以下方法合理穿戴,才能够达到预期的预防和治疗效果。首先将手伸进袜筒内,提住弹力袜的袜头外两寸处,将袜筒翻到袜根处,此时将袜筒的大部分翻到另外一面捋顺。这样能够让患者脚步更为顺畅的全部进入到袜头内,之后抓住弹力袜整体,同时用双手的拇指来撑住袜体内侧将脚伸入到其中,同时边穿戴弹力袜边用两手拇指向外撑紧,确保双手手指能够共同配合将弹力袜拉至脚踝部位对跟部进行调整,保证舒适的同时使其位置达到契合。之后按照顺序将弹力袜向回弯转并向上拉伸直至穿戴完成,抚平弹力袜口,在穿戴过程中患者要注意不能穿着弹力袜入睡,在脱去袜筒时要从顶部逐步缓慢的脱下弹力袜^[1]。

在具体的穿着过程中要注意一些注意事项,这样才能够达到弹力袜穿着的最好效果。首先要确保患者所穿着的弹力袜大小符合其腿部围度,要保证所穿着弹力袜最终的高度控制在膝部下一寸处,同时在完成穿戴后要铺直袜口,长筒弹力袜的穿着要确保其高度控制在腹股沟处一寸以下。如果长筒弹力袜穿戴过高会出现在患者腿窝处打折的情况,直接压迫腿窝。所以患者尽量选择短筒弹力袜穿着,这样不仅更加舒适,也能够达到更好的治疗效果。医用压力弹力袜主要是采用精细的弹力丝纺织制造的,其透气性较差,所以在温度较高时患者穿戴起来

会感到异常闷热,很多人会因此而中断穿戴,影响治疗效果。要确保弹力袜的尺寸能够符合患者所需要的治疗条件,另外要让患者明确弹力袜的循序减压时间的最优阶段是在日常起床后就进行穿戴,此时人体腿部的血管系统完全处于活跃状态且还未发生肿胀。穿戴过程中一定不要出现撕扯或暴力穿着,如果穿着费力可以预先穿上普通丝袜或使用滑石粉来帮助穿着更为顺畅,在穿着的过程中要注意防止佩戴的首饰刮坏袜体,如果气候干燥还要预防脚跟处皮肤干裂而刮坏弹力袜^[2]。

3 医用压力弹力袜的原理及临床护理效果

在医疗领域当中所运用的医用压力弹力袜作为减压循序的弹力袜能够从特殊的压力作用上来实现医疗效果,其内部所隐含的科学原理是通过梯度压力来对人体的下肢及脚踝部位起到支撑压力,同时从脚踝处想腿部逐步向上递减压力力度。弹力袜在穿戴后对患者小腿肚位置所减到的压力值为全部压力值的7~9成,这种科学化的压力递减变化能够有效的促进患者下肢的静脉血回流,能够改变下肢静脉曲张所形成的外部表现和内部压力,使得患者通过小腿的肌肉收缩来加强静脉血液的回流,确保下肢静脉的血液循环呈现良好的状态,预防淤血的出现,减缓或消除疼痛及肿胀现象。医用压力弹力袜对于患者静脉血液回流的促进作用,使其在此类病症上有效的预防和治疗手段也是其他药物难以达到的效果。再有,医用压力弹力袜能够促进患者术后伤口的愈合确保静脉更加通畅,也能够一定程度上预防术后怀布血栓的出现。

医用压力弹力袜的应用,虽然不能从根本上根治静脉曲张产生的病变,但能够有效的缓解病症和患者的痛苦,能够延缓病变发展程度。在具体的试用过程当中,妊娠期的妇女、轻度的静脉曲张患者以及不想接受手术的静脉曲张患者和体内有器官性病变不适宜手术的患者都能由此得到科学化的预防和治疗^[3]。

4 结语

通过临床护理工作总结得知,下肢静脉曲张患者当中有九成以上的病症成因是由于深静脉瓣膜的功能不全所导致的。医用压力弹力袜的应用能够实现浅静脉血液向深静脉的回流,以此来缓解患者因下静脉曲张导致的双下肢无力和肿胀情况,进一步控制患者病情的蔓延,但是弹力袜的穿着并不能完全解决此类病症的根本问题。要通过对患者病情的分析和彩超或静脉造影判断其病情成因,选择合理的治疗方法来对病症进行对应的护理和治疗。

参考文献:

- [1] 张洪军. 准妈妈要重视下肢静脉曲张的预防 [J]. 家庭医学 (下半月), 2020(03):23-25.
- [2] 李玉兰. 医用弹力袜在预防肿瘤病人术后深静脉血栓形成中的应用研究 [J]. 临床检验杂志 (电子版), 2019(04):45-46.
- [3] 康爱玲. 短时医用弹力袜穿戴应用于静脉曲张术后患者中的效果观察 [J]. 四川生理科学杂志, 2019(01): 5-7.