



街边小摊挑鸡眼 女子险截肢

哈医大四院专家讲解如何护理糖尿病足

本报讯(岳金凤 记者 刘菊)“当初要多注意,就不会这样了!”近日,在哈医大四院血管外科,张女士看着自己还在渗脓的左脚,后悔地说。张女士是一位有6年病龄的糖尿病患者,前段时间她在街边小摊上挑鸡眼,结果出现了糖尿病足部并发症。

来到医院时,她整个左脚红肿,脚背外侧有一个如杏般大小的溃疡,溃疡面上有脓性分泌物。经过血管外科的积极治疗,张女士脱离了截肢的危险,溃疡

面愈合,血糖也控制平稳。

血管外科黄任平教授介绍,糖尿病足部病变是周围神经病变(包括自主神经病变)、微血管病变、大血管病变和不良的卫生习惯等诸多因素之间复杂的相互作用所导致的,一旦发病,由于其治疗复杂、困难大,是最可怕的糖尿病并发症之一,可以导致下肢截肢。足部问题是导致糖尿病患者入院的最常见原因,每6个糖尿病患者中就有1人要忍受一生足

部溃疡带来的痛苦,绝大部分的截肢病因是由足部溃疡开始的,全世界每30秒钟就有一条腿因糖尿病而被截去。但是只要患者能够积极处理的话,大多数的截肢也是可以避免的。

为了减少糖尿病的足部病变,糖尿病患者在日常生活中如何做足部护理?黄任平教授表示,在医生指导下坚持药物治疗,使血糖控制在合适的范围,是预防糖尿病足部病变的先决条件。每晚可用温水洗脚一次,

每次3-5分钟,洗脚时先用手或手肘部试水温,以免患者因感觉障碍发生烫伤,洗脚后要特别将趾间缝隙处轻揉擦干,糖尿病足患者不建议泡脚。每日查看足部和趾间有无水泡、抓伤或皮损,必要时可用镜子查看足底。每天要对自己所穿的鞋进行检查,包括异物、趾甲屑、鞋的里衬的平整情况。

黄任平教授提醒,糖尿病患者不要用化学药物消除鸡眼。不要穿趾间夹带的拖鞋。如有视力

障碍,应在亲友的协助下检查足部和修剪指甲,不要亲自操作。不要长时间双腿交叉,以免压迫血管和神经。如果足部起水泡和疼痛,要及时到血管外科就诊。皮肤过于干燥时可涂油性较大的护肤膏,每周2-3次。冬季注意保暖,提倡穿棉或羊毛袜,既保暖,透气性又好,为缓解夜间足凉,可穿袜套,但不宜用热水袋或小火炉暖脚。糖尿病患者所穿的鞋号要适合,最好穿平底鞋。

专家介绍



黄任平

哈医大四院血管外科病区负责人

医学博士 博士后 硕士研究生导师

学术兼职:

国际血管联盟中国分部血管畸形专业委员会委员;

国际血管联盟中国分部青年专业委员会委员;

中国老年医学学会周围血管疾病管理分会委员;

中国医疗保健国际交流促进会委员;

黑龙江省医学会血管通路专业委员会委员;

黑龙江省中西医结合学会循证医学分会常务委员。

毕业于哈尔滨医科大学临床七年制,师从法国斯特拉斯堡大学国际血管外科专家Thaveau教授,国际血管病专家瑞士伯尔尼大学Willenberg教授,国内普外科学大家孙备教授。发表国内外论文40余篇,主编外科学专著一部,参编国家规划教材两部,主持多项国家级省级科研课题。获得黑龙江省医疗新技术应用一等奖。已从事微创血管病治疗与创面治疗10余年。治愈各种静脉曲张,婴幼儿血管瘤,下肢静脉曲张,血管畸形,脉管炎,动脉硬化闭塞,胸、腹主动脉瘤,下肢动脉血栓,肺栓塞,各种疑难创面等20000余例。

■出诊时间:每周一、周二上午(具体以当日门诊发布信息为准)

男子小腿无力、疼、麻 原来是患了下肢动脉硬化性闭塞症

哈医大四院专家运用这项技术微创解决患者病痛

本报讯(岳金凤 记者 刘菊)刘先生70多岁了,一年多来,走路总有点别扭,从家到公园也就一里的路程,却要歇两回。刚走到一半,刘先生的左腿小腿肚就酸胀、疼痛,歇会儿才能继续走,到公园门口还得歇会儿。刘先生认为走路没力气是自己年纪大了,也没太在意。近两个月来,刘先生常感脚凉,还发麻,每晚让老伴烧热水给自己洗脚,不但没见好,还把腿脚烫坏了,在附近诊所换药都半个月了也不见好,听别人说可能是脉管炎,得截肢。刘先生赶紧找到哈医大四院血管外科黄任平教授就诊,得知是患了下肢动脉硬化性闭塞症。

黄任平教授通过微创斑块切除术联合药物球囊治疗,解决了刘先生下肢缺血的问题。刘先生的腿不仅保住了,而且走路不跛了,烫伤伤口也长好了。

黄任平教授介绍,下肢动脉硬化性病变与高血压、高血脂、糖尿病、肥胖、年老、吸烟等因素相关,患者的动脉血管壁上形成看似米粥样的物质,医学上叫粥样斑块。初期常被认为年老、脑梗塞、腰腿痛、缺钙等而延误治疗。随着病情发展,患者可表现为下肢重度发凉、麻木,同时即使不行走时足趾也有疼痛,夜间尤重,称为静息痛,患者难以入



睡,严重影响身心健康。如果用热水洗脚或热水袋暖脚,使脚的局部代谢加快,加重缺血,造成不易治好的损伤。第三期即坏疽期因下肢严重缺血导致小腿溃疡或脚趾发黑坏死,此期面临截

肢。

黄任平教授提醒,下肢动脉硬化闭塞症以50岁以上的中老年发病较多,糖尿病患者更容易早期发生动脉硬化,建议中老年人注意摒弃不良生活习惯,合理

膳食,适当运动,积极治疗高血压、高血脂、糖尿病。如果出现下肢间歇性跛行、下肢凉麻、肢体破溃久治不愈应到血管科就诊,检查有无血管疾病,以便得到专科医师及时正确的指导和治疗。

哈医大四院血管外科专家提醒

假期旅行切勿久坐 谨防下肢静脉血栓

本报讯(王海娇 记者 刘菊)坐飞机、火车等出行方式外出时,常会长时间保持同一姿势,市民都不太当回事,却不知道这样很容易形成静脉血栓。哈医大四院血管外科黄任平教授提醒,假期旅行

切勿久坐,两小时起来动一动。

黄任平教授介绍,下肢深静脉血栓是由于血液高凝状态、血流淤滞、血管内皮损伤等因素所致的血液在静脉内不正常的凝块而引起的下肢深

静脉回流障碍性疾病。下肢深静脉血栓可引起下肢肿胀,活动障碍,严重时会导致肢体循环障碍引起肢体坏死,血栓也可能流动至肺动脉引起肺栓塞,危及生命。目前,国际国内指南一致认为下肢

深静脉血栓的基础治疗为抗凝药物治疗。为了防止或减轻下肢深静脉血栓后综合征PTS的发生发展,减少下肢深静脉血栓后遗症,预防肺栓塞,建议积极微创手术治疗,创伤小、恢复快。

专家建议

长途旅行要勤活动、多饮水。一旦出现一侧小腿肿胀疼痛,尤其是左下肢,要尽快到医院血管外科诊治。