

## 鬱滯性皮膚炎及潰瘍(Stasis dermatitis and ulcer) 須知

鬱滯性潰瘍又名靜脈潰瘍，約有 0.5% 到 1% 的人口會發生。常見於年紀大於 60 歲的女性、久站者、懷孕婦女及血栓靜脈炎患者。好發部位是小腿下方內側。此病因為腿部靜脈血栓或外傷導致靜脈功能不全所引起。初期可見小腿下方浮腫、變硬，進而出現色素沈著、皮膚發癢、紅斑及脫屑性濕疹樣變化、微血管擴張、靜脈曲張等現象。潰瘍通常在微小外傷或撞傷後因皮膚及皮下組織壞死，傷口不易癒合而引起。有時會有細菌感染、出血等合併症。

一般治療原則如下：

1. 避免長期站立或坐姿，應多作小腿後側肌肉伸縮的動作（如蹲下站起或跑步），以便將血液循環回流心臟減少腿足血液的滯積。
2. **抬高患部**：臥床，將下肢墊高 20 到 30 度，高於心臟，理想頻率為每兩小時抬高 15 分鐘，以及睡眠時進行，以促進腿部滯積的血液及水份回流至心臟。
3. 使用**彈性襪**或**彈性繃帶**，建議病患需每日穿著，早上起床後還未下床時，就在床上把襪子穿好，再開始下床走動，至少每日穿著 8~12 小時，盡量到要洗澡前再脫掉。
4. 彈性襪可以量身選擇個人適用的大小：
  - 症狀較輕微、以預防為主，選用第一級 10~20mmHg
  - 中度至嚴重程度，選用第二級 20~30mmHg

使用彈性繃帶則須由足底往上包到膝部下方，若有產生皮膚發紅、過敏、腳趾變黑或暗紫等症狀，請立即停止使用並就醫。

5. 彈性襪及彈性繃帶是屬於**保養預防**性質，患者無法只靠此治癒，仍需配合醫師藥物治療。
6. 肥胖者，應減輕體重，以減輕腹壓，避免增加血管負擔。
7. 避免菸酒，過量酒精及吸菸，會使末梢血管收縮，使靜脈惡化。
8. 避免搔抓或外傷，以免產生傷口，造成感染。若會癢或發生皮疹或傷口，應盡速就醫，不要自行敷藥，使用優碘、消毒藥水，以免造成局部皮膚過敏或情況惡化。
9. 長期難以癒合的傷口可考慮植皮或血管外科手術。

製作單位：成醫皮膚部

製作日期：92.10.01

修訂日期：107.12.14