

中医如何防治老年人下肢动脉粥样硬化



本期《名医在线》特邀青岛百草医学研究院院长、主任医师李东涛博士为您讲解“老年人下肢动脉粥样硬化的中医防治”

名医在线
栏目热线
0532-82933170

问:中医如何认识老年人下肢动脉粥样硬化?

李东涛:老年人下肢动脉粥样硬化是全身动脉硬化在肢体局部的表现,是老年人常见的一种肢体慢性缺血性疾病,严重者可导致肢体致残,甚至危及生命。老年人下肢动脉粥样硬化与多种血管危险因素相关,中医将其归“痰浊”“脉痹”“血瘀”等病范畴。

问:老年人下肢动脉粥样硬化有哪些表现?如何检查?

李东涛:最典型的症状是步行一段时会下肢疼痛,止步休息片刻后疼痛缓解,此称为“间歇性跛行”。疼痛也可发生于下腰、臀、髂、大腿后侧或小腿腓肠肌部位。当下肢慢性缺血时,皮

肤萎缩变薄、发亮、骨质疏松、肌萎缩和变形。后期患者可出现静息痛、丧失劳动能力、皮肤温度明显减低、肢体远端坏疽和溃疡。在检查方面,血管造影检查是金标准。其他还有间歇性跛行问卷表、踝臂指数及脉搏传导速度等无创方法。

问:针对老年人下肢动脉粥样硬化,中医如何治疗?

李东涛:从中医角度看,本病是由先天不足、感受邪毒、情志失调、嗜食膏粱厚味等因素导致脏腑失和所致。加之老年人天癸已竭,脾肾渐虚,气血不足,气虚行血无力则成瘀滞,代谢失司而生痰浊,痰瘀交阻,不能荣养肢体而成各种变症。本病属于痰瘀阻滞,本虚标实之证。治疗本病,以行气活血、化痰

通络为治疗方法。临床可用川芎、丹参、赤芍、地龙、益母草等药治疗。一些具有行气活血、化痰祛瘀的中成药也可以使用。

问:中医如何预防老年人下肢动脉粥样硬化?

李东涛:在生活方面,要合理安排工作和生活,适当进行体力劳动和体育活动,减少脂肪组织在血管内的堆积。积极控制与本病有关的一些危险因素;在饮食方面,要合理膳食,低盐低脂饮食,多进食蔬菜、水果等含纤维素高的食物,减少对脂肪的摄取,少食“饱和脂肪酸”占有量较多的煎炸食物及含“高胆固醇”食物的虾、肝、肾和其他内脏等。平时可服用活血化瘀、化痰软坚的保健食品。

出场专家

王洪格——青岛华夏眼科医院副院长,眼底病科主任。2002年赴日本名古屋大学,师从日本眼科界先驱安藤文隆教授,专攻玻璃体视网膜疾病和各种白内障的手术治疗,学成回国后,先后在山东省眼科医院、青岛市立医院工作,分别担任眼底病科主任、眼科主任。2015年以“拔尖人才,突出贡献专家”引进“华夏眼科集团青岛华夏眼科医院”。擅长手术治疗各种复杂白内障、白内障手术并发症、糖尿病视网膜病变、复杂眼外伤、视网膜脱离、各种黄斑疾病、眼内炎等。

血糖高眼部无法手术? 华夏眼科专家:糖尿病并非手术禁忌

张先生患糖尿病多年,最近一次体检中被诊断出眼睛视网膜出现了问题,医生建议进行手术治疗,可张先生认为其患糖尿病多年,一旦手术的话,伤口肯定会愈合不好。这种情况下,是不是只能保守治疗?除了糖尿病,还有哪些疾病可能会导致眼底病的出现呢?

对于张先生的问题,记者采访了青岛华夏眼科医院副院长、眼底病科主任王洪格。王洪格表示,由于受既往糖尿病病人在接受大的外科手术时,伤口不容易愈合的知识影响,很多人到现在仍旧认为“糖尿病人也不能接受眼科手术”,从而影响或者严重延误了很多眼病的治疗,影响了患者的生活质量,甚至导致某些患者失明。

现代的眼科手术几乎全是微创、自闭式的切口。其切口分别是0.4mm、0.5mm、0.7mm、2.75mm,这些切口即使在血糖高的情况下也不会

影响愈合。因为这些切口的部位是角膜、结膜、巩膜,其代谢和受血糖的影响与皮肤切口大不相同,也就是说眼科手术的切口不受血糖的影响,更何况眼科手术都是在血糖控制较好的情况才会进行。此外,数十年的临床经验,也早已证明了这一点,糖尿病不会影响眼科手术切口的愈合。

对于张先生关心的,哪些原因可以导致眼底病,王洪格告诉记者,通常六类情况的出现可能会引发眼底病。首先是年龄,到达一定年龄后,老年黄斑变性、黄斑前膜、黄斑裂孔等发病率

就会增高;其次,高度近视容易引起出血、网脱等严重疾病;第三,患有糖尿病后,会引起糖尿病性视网膜病变;第四,高血压、肾病患者也可能出现眼底出血及血管栓塞;第五,外伤可能发生黄斑裂孔、出血、网脱;第六,用眼程度,用眼过度也会导致眼底出现问题。

记者帮办

帮办热线:

66988718

帮您解决
健康路上的难题

4个面部“迹象”,警惕健康出问题

嘴唇发紫——一定要警惕内脏疾病

俗话说,“唇红齿白,眉清目秀”。如果发现嘴唇颜色发紫一定要引起重视。

专家表示,嘴唇发紫学名叫紫绀,是血液里氧饱和度下降所导致的。心力衰竭、心功能不全、先心病等都会出现紫绀样的损害。肺部出现问题,同样会引起氧的饱和度下降,嘴唇发紫,可能肺部有疾病。有些紫绀是一过性的,如果是常年嘴唇发紫,要警惕是否内脏有疾病。

鼻侧沟纹不对称——或是脑梗信号

突然出现的双侧鼻唇沟不对称通常也是脑梗的一个征兆。专家介绍,有时细微的变化,普通人并不会特别注意,但经过专业训练的医生通过仔细观察是可以发现的。

曾有专家在接诊病人时,发现患者鼻子两侧的沟纹不太对称,右侧鼻唇沟略浅,伸出舌头检查时也发现舌头往左偏(正常人应该是居中)。询问后发现患者最

近两三天觉得右边的胳膊有点没力气,本身患有高脂血症,但没查过血管,结果一查发现头颅左侧有梗塞风险。

抬头纹多——心血管病风险大

有人说,皱纹是岁月的礼物,但它也是身体给我们发出的健康“警讯”。与同龄人相比,抬头纹越多越深,因心血管疾病而死亡的概率就越高。也就是说,抬头纹是心血管疾病的反馈在面部的信号。研究人员推断这可能与动脉粥样硬

化或斑块积聚导致的动脉硬化有关。胶原蛋白的流失和氧化应激的变化,是心脏病发作和其他心血管疾病的主要原因,这种变化似乎在动脉粥样硬化和皱纹中都起了作用。

角膜老年环——存在不同程度动脉硬化

据专家介绍,一些老年人眼球角膜的边缘部分有一圈灰白色或白色的浑浊环,宽约1-2毫米,医学上称为角膜老年环。有研究发现,出现老年环的患者几乎都有程度不同的动脉硬化,患有动脉硬化症的老年人绝大多数出现老年环。田颖

健康提醒

血脂异常 查查甲状腺功能

随着生活水平的提高,高血脂的发病率有所上升。专家指出,高血脂分为原发性高血脂和继发性高血脂。其中,原发性高血脂可能是基因突变造成的,也可能是高能量、高脂、高糖饮食及过度饮酒等不良生活习惯造成的。而继发性高血脂多继发于糖尿病、肾病、肝脏疾病等多种疾病,其中甲状腺功能低下,即甲状腺功能减退(简称甲减)是导致血脂升高的一个重要原因。因此,很多医生会建议高血脂患者检查甲状腺功能。

每6个普通人中可能就有1个患上甲减

专家建议高血脂患者检查甲状腺功能,还有一个原因,即甲状腺功能减退是一种常见病。在普通人群中,大约每6个人中就有1个人患上了亚临床型甲状腺功能减退(没有出现特别症状,即亚临床型甲减)。

在亚临床型甲状腺功能减退患者当中,出现血脂异常的患者不在少数。因此,建议一旦发现自己的血脂出现异常,一定要去查一下甲状腺功能,观察甲状腺激素和促甲状腺激素是不是仍在正常范围之内。

血脂代谢紊乱检查甲状腺功能

血脂升高伴有甲状腺功能减退,对于临床型甲减患者来说,需要及时寻找内分泌科医生进行规范治疗。

对于亚临床型甲减引起的血脂升高,特别是血清的总胆固醇、低密度脂蛋白胆固醇升高,建议如下:

低脂饮食;加强运动;进行甲状腺激素的替代治疗;一般不建议用降脂药物治疗。

如果患者没有急性冠脉综合征和急性缺血性脑卒中等疾病,建议通过改变生活方式来纠正甲状腺功能低下,而非立即服用降脂药物治疗。如果患者血脂仍然高,此时再考虑服用降脂药物进行治疗。

总之,所有血脂代谢紊乱的患者,在刚开始发现的时候,一定要检查甲状腺功能。一旦发现甲状腺功能减退,要根据病情选择适当的治疗方式,并注意低脂饮食、加强运动。需要注意的是,如果患者合并有其他疾病,在治疗时要请内分泌科专家进行会诊。李明洲



微信扫一扫
游戏玩起来
看图猜成语

①



②



③



④



⑤



⑥



答案见下期中缝,也可关注“老年生活报”微信,回复“221031”查询本期答案(可扫描本报一版上方二维码)

10月28日
6版中缝答案
《看图猜成语》:
1、不分彼此;
2、难兄难弟;
3、藕断丝连;
4、是非不分;
5、洋洋得意;
6、支离破碎。