

# 射频消融术 微创治疗“下肢静脉曲张”

——访大同新和医院介入科主任蔡春辉

本报记者 武珍珍

下肢静脉曲张是一种常见的下肢血管疾病，多与静脉壁薄弱、静脉瓣膜缺陷及遗传因素有关，在我国发病率高达8.89%~16.5%。大同新和医院介入科主任蔡春辉介绍，长期的站立、重体力劳动、妊娠、慢性咳嗽和肥胖都可能导致下肢静脉曲张的发生。发病早期患者多感觉下肢酸胀、沉重、疼痛等不适感，有时还会出现小腿肌肉痉挛现象。随着症状加重，受损的静脉出现隆起、扩张、迂曲。严重者病变区域的皮肤常出现黑褐色色素沉着、皮肤硬化、湿疹甚至是皮肤的溃烂。

蔡春辉表示，下肢静脉曲张的微创治疗发展至今已经走过20多年的历程，射频消融术已经成为国际公认的下肢静脉曲张主干闭合的首选治疗方式。与传统手术相比，射频治疗优势明显：微创操作，手术疤痕小；局部麻醉，手术时间短；疼痛、瘀斑、麻木等术后并发症更少，舒适度高；临床疗效确切，生活质量明显改善。

下肢静脉曲张射频消融术是一种微创介入治疗技术，通过射频能量加热病变静脉壁，使其闭合并逐渐被吸收，从而改善血液回流、消除曲张静脉。蔡春辉介绍，适用于症状明显（如酸胀、水肿）或影响外观的患者，需结合超声检查评估血管条件后决定是否适合手术。

## 射频消融术创伤小、恢复快、并发症少

蔡春辉说，在超声引导下，将射频导管插入病变静脉（如大隐静脉），导管头部释放射频能量（温度约120℃），使静脉内膜受热收缩、闭合，血液改道至健康静脉循环。

手术仅需局部麻醉，皮肤切口仅2-3毫米，术后无缝合，疤痕不明显。

术后可立即行走，1-2天恢复正常活动，并发症风险（如感染、血肿）低于传统手术。

与传统手术对比：射频消融无需腰麻或全麻，创伤更小，且能保留静脉主干（仅闭合病变段）。

与激光消融对比：两者原理相似，但射频能量更均匀，对周围组织热损伤更小，尤其适合贴近皮肤的静脉。

与硬化剂注射对比：射频消融对粗大静脉（>8mm）闭合效果更稳定，不易形成血栓。

下肢静脉曲张射频消融术通过精准闭合病变静脉实现治疗目的，具有创伤小、恢复快、并发症少的特点。但需严格评估血管

条件，术后配合加压治疗和定期随访，才能达到最佳效果。

## 射频消融术适用的人群与禁忌症

蔡春辉提醒，射频消融术适合以下人群：静脉曲张C2级及以上（国际临床分期），如血管迂曲隆起、皮肤色素沉着；保守治疗（如弹力袜、药物）效果不佳者；无严重凝血障碍或动脉疾病。

有以下禁忌症的患者不适合：深静脉血栓或严重外周动脉硬化；静脉直径过细（<2mm）或严重扭曲，导管无法通过；妊娠期或感染活动期。

## 射频消融静脉曲张手术后要注意什么

蔡春辉还提醒，射频消融静脉曲张术后需注意：尽早下床活动、坚持弹力袜穿戴、保持伤口清洁、避免久站久坐、观察异常症状，并定期复查。

### 一、术后活动与体位管理

早期活动：术后建议在医生指导下尽早下床行走（如术后2-4小时），避免长时间卧床，以促进血液循环，降低血栓风险。

抬高患肢：休息时可将腿部垫高（高于心脏水平），帮助血液回流，减轻肿胀和疼痛。避免长时间下垂或交叉双腿。

### 二、压迫治疗与伤口护理

弹力袜穿戴：术后需持续穿戴医用弹力袜（通常2-4周），白天活动时穿，夜间休息可脱掉。选择合适压力等级（Ⅱ级或Ⅲ级），松紧以不影响血液循环为宜。

伤口保护：术后24小时内避免沾水，保持穿刺点干燥清洁；若敷料渗血或红肿、渗液，需及时就医。

### 三、药物与生活习惯调整

遵医嘱用药：部分患者需短期口服抗凝药（利伐沙班等）或止痛药，不可自行停药或调整剂量。

避免久站久坐：术后1-2周减少站立时间，避免剧烈运动（如跑步、举重），可进行散步、游泳等低强度活动。

生活习惯改善：控制体重、戒烟、避免便秘（减少腹压），穿宽松衣物，避免腿部受热（如泡温泉）。

### 四、异常症状识别与复查

警惕并发症：若出现剧烈疼痛、腿部肿胀加重、皮肤发紫或发白、发热或呼吸困难，需立即就医，排查血栓或感染。

定期复查：术后1周、1个月、3个月需复查超声，评估静脉闭合效果及恢复情况，长期随访可降低复发风险。

### 五、长期预防措施

维持健康习惯：规律运动（如快走、骑自行车）、均衡饮食（高纤维、低盐），避免长期穿高跟鞋或紧身裤。

关注家族史：有静脉曲张家族史者，建议每年体检时增加下肢静脉超声检查。

蔡春辉表示，射频消融术后恢复因人而异，需根据医生建议调整护理细节。大多数患者1-2周后可恢复正常生活，但长期预防和定期监测是避免复发的关键。

## “无糖”饮料当水喝 不料患上糖尿病酮症

“以为无糖就是健康，没想到喝出一身病！”47岁的陈女士长期宅家不运动，还日均饮用超3瓶“无糖饮料”替代白开水，最终被确诊为2型糖尿病酮症。

陈女士属超重人群，日常很少出门。每天清晨起就窝在沙发刷视频，午后至深夜专注网上购物、看直播、玩游戏，除了吃饭、上厕所，几乎不离座位。不久前，她在网上看到一款电解质饮料，号称0卡0糖，有助于减重，于是跟风囤了几箱，用它们替代白开水，渴了就拧开喝，日均饮用超3瓶。起初她只是双眼视物模糊、体重下降，高兴自己减重之余又囤了几箱，没想到随后就出现了腹痛、腹泻、没胃口、浑身乏

力的症状。家人一看情况不对，带她到医院就诊，被查出血糖异常。经住院基础治疗，血糖指标不但没降，反出现尿频、尿急、心悸等症状，后经多方专家会诊、完善相关检查后，确诊陈女士为2型糖尿病酮症合并泌尿系感染、低钾血症。

复盘患病经过，接诊的大同新建康医院大内科主任焦晓琴解释，正是由于患者超重且长期宅家不动、熬夜，本身就存在胰岛功能减退、胰岛素抵抗等问题，只是无症状未被察觉；加之近期过量饮用“无糖”饮料，虽其中不含蔗糖，却含阿斯巴甜、蔗糖素等人工甜味剂。近年研究证实，这类甜味剂会破坏肠道有益菌群平衡，而肠道菌

群紊乱与胰岛素抵抗、血糖升高直接相关；同时，其甜度是蔗糖的数百倍，会让大脑和胰腺误判“摄入糖分”，启动胰岛素分泌但无葡萄糖可分解，长期“空转”导致胰岛素敏感性下降，这也正是2型糖尿病的核心发病机制。焦晓琴进一步解释，常年不运动的人肠道功能本就相对较弱、代谢能力差，这种危害被进一步放大，最终才诱发了一系列病症。

泌尿系感染与酮症并非简单叠加，感染会引发酮症酸中毒，酮症酸中毒又会助长感染加重，形成恶性循环，会导致患者从身体不适快速进展为高烧、昏迷甚至休克。为阻止病情急转直下，焦晓琴依据糖

尿病规范诊疗指南，为陈女士制定了综合治疗方案，同时叮嘱她立即停用“无糖饮料”，改喝白开水，搭配低盐低脂饮食及适度运动计划。经一周治疗，陈女士的症状得到控制。

焦晓琴提醒，若出现“三多一少”（多饮、多尿、多食、体重骤降），或皮肤瘙痒、视力模糊、手脚发麻、伤口难愈等非典型症状，需立即监测血糖。她指出，超重人群首选饮品是白开水、淡茶，选饮料时要避开含阿斯巴甜、安赛蜜等成分的“无糖”产品；生活中需坚持低糖低脂高纤饮食，多吃粗粮蔬菜，搭配适量优质蛋白，餐后进行30分钟舒缓运动。（王瑞芳）

## 流行穿一次性内裤，到底好不好？

近年来，随着物质生活水平的不断提高，一次性的生活日用品愈加种类繁多，如一次性内裤便因其方便好用，受到了越来越多人的青睐。然而，大同康复医院产科副主任安晋云却并不推荐人们长期穿着一一次性内裤。尽管在旅游、产褥期等特殊情况下，穿着一一次性内裤可以有效减少洗涤的麻烦，但安晋云指出，长期穿着一一次性内裤，有可能产生以下问题：

舒适度欠佳。一次性内裤通常由化

纤材料制成，有些还是由纸质材料制成，不如棉质内裤柔软、舒适，长期穿着可能会导致皮肤不适瘙痒和摩擦损伤。

透气性差。其透气性一般较差，长期穿着会为霉菌等微生物滋生创造有利条件，进而增加患妇科炎症的风险，如阴道炎、阴道感染等。

存在卫生隐患。小部分一次性内裤是由小作坊生产，存在生产环境恶劣、不进行灭菌处理甚至伪造灭菌痕迹

的情况。

可能导致过敏反应。一次性内裤可能会使用一些化学物质和添加剂，如染料、香料等，这些物质会引起皮肤过敏反应，导致皮肤发红、瘙痒、皮疹等问题。还可能存在化学残留，如荧光剂、甲醛等，会刺激皮肤，引发接触性皮炎。

破坏菌群平衡。长期穿着劣质不透气的内裤，会破坏私处正常的菌群平衡，使大肠杆菌、白色念珠菌等致病菌更容

易滋生，从而引发一系列妇科问题。

增加环境负担。一次性内裤是一种消耗品，需要大量的资源和能源来生产，长期穿戴同时会增加对环境的污染与负担。

而且，在第一次穿着一一次性内裤的时候，安晋云建议还是需要清洗一次，毕竟生产线生产的东西无法保证所谓的完全“无污染”。所以，还是提倡穿着质地棉质的透气性好的内裤，以保持舒适健康。（孙晓娟）