

## 什么是下肢深静脉血栓？

下肢深静脉血栓形成是指血液在深静脉内不正常凝结引起的静脉回流障碍性疾病，若血栓脱落堵在肺动脉则会导致肺血栓栓塞症，就像家里下水管道的水结冰了，容易脱落随着血流方向掉到肺动脉。肺血栓栓塞症可是很危险的，不及时治疗会引起死亡。

## 为什么小丽比普通人更容易得下肢深静脉血栓？

小丽坐月子时长期卧床静养，饮食太过油腻，而且怀孕后生理上会有变化，这些都会使小丽部分血液呈高凝状态、血流速度缓慢、血管壁受损，导致下肢深静脉血栓发生风险增加。

## 如何让像小丽一样的宝妈们提前预防，少吃点苦头？

适当运动并且充分补水。  
在床上多做踝泵活动。  
如果卧床时间长了可以穿弹力袜。  
遵医嘱进行间断或持续气压按摩预防治疗。

## 下肢深静脉血栓有哪些治疗方式？

医生会根据血栓的负荷量、得血栓的时间来选择治疗方式。

**下腔静脉滤器置入：**如果血栓负荷量很大又是急性期的深静脉血栓，我们可以通过放置滤器、用大腔导管抽吸，把血栓从体内抽吸出来。

**溶栓治疗：**残留的血栓，可以通过溶栓导管溶栓，恢复静脉的通畅。

**抗凝治疗：**抗凝药物需严格在医护人员的指导下使用，并做好出血等副作用的观察。

**物理治疗：**包括踝泵运动、治疗型弹力袜、间歇充气加压装置或足底静脉泵等。