



เกิดจากอุดตันหลอดเลือดจากการที่หลอดเลือดแข็ง ทำให้เลือดไปเลี้ยงขาได้ไม่ดี การที่หลอดเลือดแข็งจากการคลอเรสเตอรอลอุดตันหลอดเลือดแดง เกิดได้ทั้งหญิงและชาย

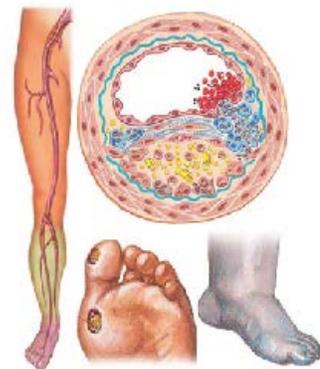


สาเหตุ

ไขมันสะสมในหลอดเลือดแดง ส่งผลให้หลอดเลือดตีบ การสูบบุหรี่ เบาหวาน คลอเรสเตอรอล ความดันสูง ไม่ติดต่อสู่คนรอบข้าง

อาการ

ผู้คนที่ว่าครั้งไม่มีอาการ อาการส่วนใหญ่ เช่น ปวด หดเกร็ง ปวดขา รู้สึกแสบๆ ตึงๆ ชัด พิวคล้ำ คล้ำชwarzไม่เจอ แผลไม่หาย ปวดเกร็งขาเกิดระหว่างออกกำลังกาย บ่อย ๆ และหายไปเมื่อนั่งพัก หากหลอดเลือดถูกอุดตัน ขาจะรู้สึกปวดมากและขยับไม่ค่อยได้ ในผู้ชาย อวัยวะเพศไม่แข็งตัวได้หากหลอดเลือดบริเวณนั้นได้รับผลกระทบ

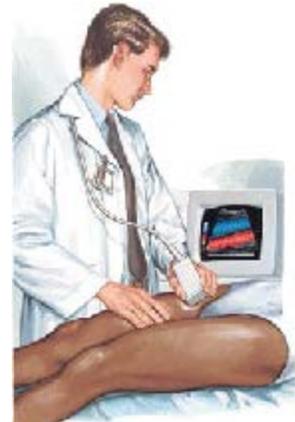


วินิจฉัย

จากการซักประวัติตรวจร่างกาย ตรวจเลือด วัดค่าankle-brachial index ซึ่งใช้วัด ความดันโลหิตที่ปลายขา ถ้ามีค่าน้อยกว่า 1 ถือว่าผิดปกติ เครื่องมือการตรวจเช่นA treadmill test, Doppler ultrasound, angiography magnetic resonance angiography (MRA)ช่วยประเมินตำแหน่งและขนาดการตีบของหลอดเลือด

การรักษา

ลดอาการปวด ป้องกันการทำลายเซลล์ข้างเคียง
หลีกเลี่ยงบุหรี่ กินอาหารที่มีประโยชน์ จำกัดเกลือ เดิน
ออกกำลังอย่างน้อย 30-60 นาที ผู้ป่วยเบาหวานกิน
อาหารสำหรับกลุ่มคนเบาหวาน ใช้น้ำที่ช่วยเรื่องการ
ไหลเวียนของเลือด สลายลิ่มเลือด ยาลดความดัน และคลอ
เรสเตอรอล แพทย์แนะนำให้ทำangioplasty สำหรับผู้ที่
หลอดเลือดตีบรุนแรง โดยการใส่ท่อเข้าไปในหลอดเลือดและใส่บอลลูนเพื่อถ่างเปิด
หลอดเลือด บางคนอาจใช้วิธีทำหลอดเลือดเทียมต่อข้ามบริเวณที่อุดตัน



ควรไม่ควรทำ

- ✓ ควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดคลอเรสเตอรอล เบาหวาน ความดันสูง
- ✓ ควรกินอาหารที่เป็นประโยชน์ ลดแป้งลดน้ำตาล กินผลไม้ พัก งดสูบบุหรี่
- ✓ ควรลดน้ำหนัก
- ✓ ควรเดินอย่างน้อย 20-30 นาทีทุกวัน
- ✓ ควรคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
- ✓ ควรดูแลเท้า ระวังอย่าให้มีแผล หากเกิดแผลที่เท้ารีบปรึกษาแพทย์
- ✓ ควรเลิกบุหรี่เพราะเป็นสาเหตุของหลอดเลือดส่วนปลายตีบและโรคหัวใจ

