

常常走路就疼痛，小心「間歇性跛行症」找上你！

◎文／林依儂 和平婦幼院區藥師

疾病介紹

間歇性跛行症是一種周邊的動脈血管疾病，也是屬於血管粥狀硬化的疾病，發生的部位常見於下肢，症狀為患部感到不適或疼痛。由於我們通常比較會注意到腦血管阻塞引起的腦中風，或冠狀動脈阻塞造成的心肌梗塞，反而忽略了下肢動脈硬化的間歇性跛行症，因此若走路時腿部常常感覺到無力、抽痛、或麻痺，而在經過幾分鐘的休息後好轉，您可能要小心自己是否患有間歇性跛行症。

間歇性跛行症常見的症狀是小腿肚附近區域的缺血性疼痛，若缺血情形嚴重，可能會發生皮膚潰瘍與壞疽。在超過 40 歲以後，隨著年紀增加此疾病的盛行率愈高，另外像是吸菸、患有糖尿病、高血壓、高血脂等，也是間歇性跛行症的高風險族群，因此應定期檢查是否有任何異常徵狀，才能達到早期預防早期治療的效果。

治療

間歇性跛行症的治療著重於減低相關危險因子所帶來的影響，及藉由非藥物或藥物方法，達到降低疾病造成的功能性損傷。

改善危險因子，建議做到：

1. 戒菸，戒菸對減低間歇性跛行症的嚴重程度是有幫助的。
2. 糖尿病病人應積極的控制血糖，達到 HbA1C (糖化血色素) < 7%。
3. 間歇性跛行症患者的血壓最好能控制在 130/85 mmHg 以內。
4. 間歇性跛行症併有高血脂的患者，血脂目標應訂為：LDL (不好的膽固醇) < 100 mg/dL、TG (三酸甘油酯) < 150 mg/dL。

非藥物治療：

即所謂的步行運動訓練，一周至少 3 次，每次持續 30-40 分鐘，持續 6 個月以上的運動訓練，將可改善病人疼痛症狀，有效增加患者步行距離及時間。

藥物治療，主要有：

1. Aspirin (Aspirin protect 100mg, Bokey 100mg)：一般建議劑量為每日服用 75-325mg。aspirin 有增加無痛步行距離、改善凝血功能、增加休息時肢端血流等的功能。
2. Clopidogrel (Plavix 75mg)：一般建議劑量為每日服用 75mg。對間歇性跛行症患者而言，clopidogrel 預防中風、心肌梗塞及其他血管疾病的效果很好，且其可作為 aspirin 的替代藥物。
3. Ticlopidine (Licodine 100mg)：一般建議劑量為每日服用 500mg。ticlopidine 與 clopidogrel 屬同類藥物，由於其可能造成的血液副作用，如再生不良性貧血、血栓性血小板低下性紫斑症等，治療期間應定期作血液檢查。

4. Cilostazol (Pletaal 50mg, Plestar 100mg)：一般建議劑量為每日兩次，每次 100mg。cilostazol 可增加無痛步行距離和最大步行距離，但患有心臟衰竭的病人不可使用本藥。
5. Pentoxifylline (Ceretal 400mg)：一般建議劑量為每日服用 1200mg。pentoxifylline 屬於血流改善劑，雖可用來治療間歇性跛行症，但效果有限，並不是主流用藥。

另外，若對以上方法治療無效，或嚴重阻塞疾病者，則可以外科手術方式治療，如經皮穿刺動脈腔內整形術、血管繞道手術等。

結語

間歇性跛行症，有時候可能因為阻塞過程緩慢或有足夠血流供應而無症狀出現，因此詳細的篩檢，包括：病史與危險因子的評估、缺血性疾病相關的理學檢查、評估疾病的嚴重度等，就可以早期作診斷，以減緩病程的進展。當下次出現「走路愈走愈痛」的情形時，請記得提高警覺，及早就醫檢查才是！