

# 弹力袜相关知识

目录：

01. 原理及作用
02. 适应症及禁忌症
03. 如何选择和测量？
04. 穿着保养和注意事项

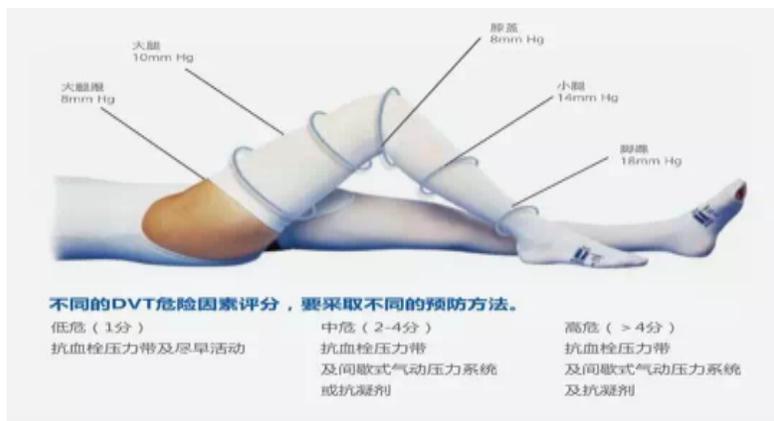
## 一、弹力袜的原理：

主要是按照循序减压原理，在人体脚踝部建立了最高支撑压力值，依次向上递减，压力的递减变化可有效促进下肢静脉血液回流到心脏，保护静脉瓣膜，确保血液的良好循环，有效的缓解或改善下肢静脉和静脉瓣膜所承受压力，以达到预防和治疗的目的。

# 一、弹力袜的作用：

(一) 提高血液回流速度

(二) 释放压力，保证自如活动



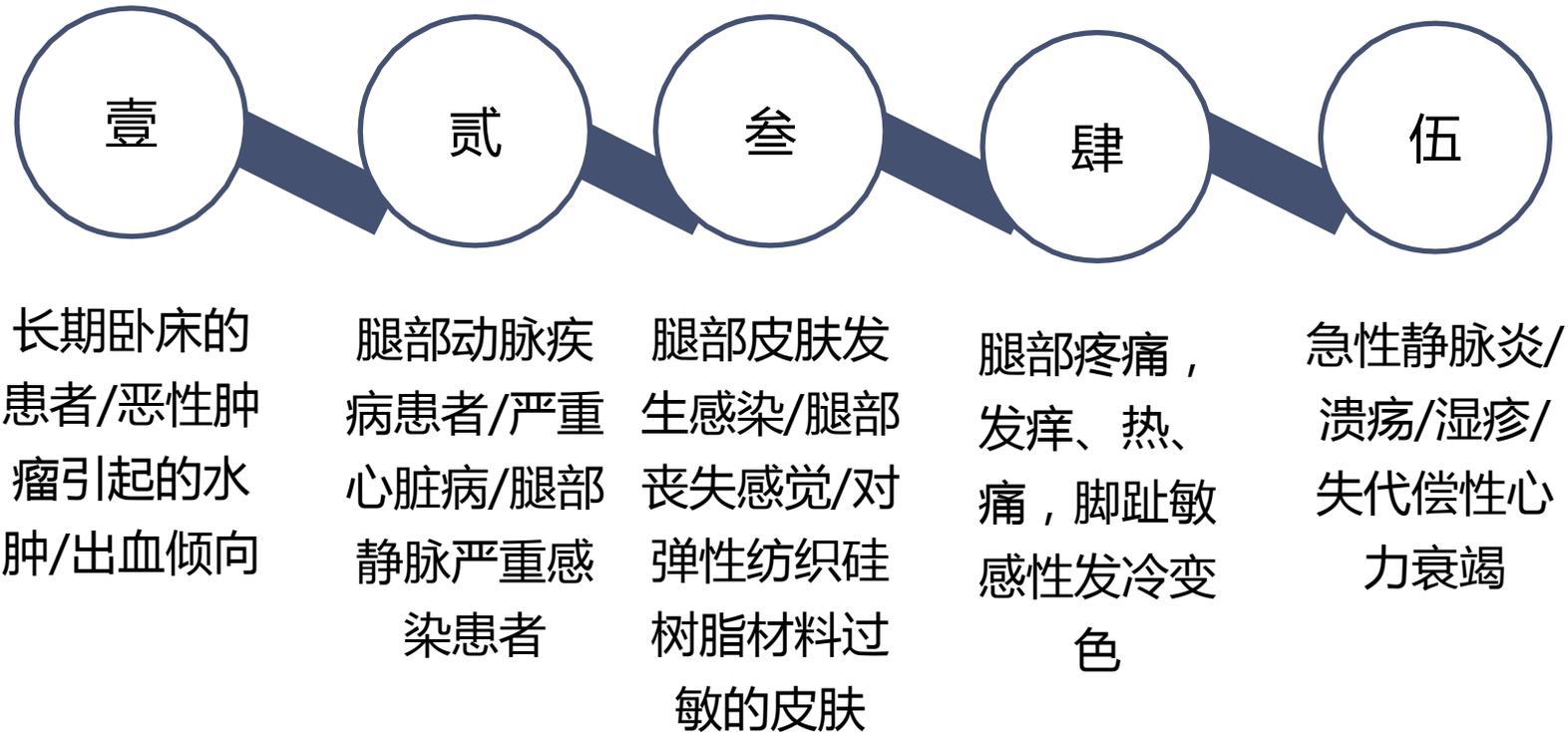
(三) 预防高发性职业病——静脉曲张

## 二、弹力袜的适用人群：

- 1.长期站立、静坐者
- 2.孕妇、长期服用避孕药的人群
- 3.经常出差
- 4.肥胖人群
- 5.患下肢静脉疾病的人群



## 二、弹力袜的禁忌症：



## 二、弹力袜的压力级别：

根据静脉曲张症状不同分为三个压力级别：

- 一级压力初期治疗型（15 - 30mmHg）
- 二级压力中期治疗型（30 - 40mmHg）
- 三级高压重度治疗型（40 - 50mmHg）



# VTE高危人群

压力一级（16~22mmHg）——预防级别

适用于各种外科手术术前，术中，术后及长期卧床患者的深静脉血栓的预防，包括妊娠期的孕妇和下肢轻度水肿者等。



大手术或骨折  
创伤后



长期卧床



长时间不活动



年龄大于60岁



癌症



化疗



怀孕/坐月子



肥胖



长途旅行



有静脉血栓  
栓塞症家族史者

### 三、弹力袜如何选择：

根据测量的尺寸选择一双合适尺码的抗血栓袜

测量位置 (cm)	小号 (S)	中号 (M)	大号 (L)	特大号 (XL)
cB	19-22	22-24	24-26	26-29
cC	30-35	34-38	37-41	40-45
cG	44-49	49-54	53-58	57-64
ID		36-50		
IG		65-83		



建议手术开始时即穿着弹力袜，并建议日间及夜间连续穿戴，直至患者恢复正常活动水平。

压力等级	颜色
压力一级 16-22mmHg	● 肤色 ○ 白色 ● 黑色
二级中压 23-30mmHg	
二级高压 31-36mmHg	● 肤色 ● 褐色 ● 黑色
压力三级 37-46mmHg	

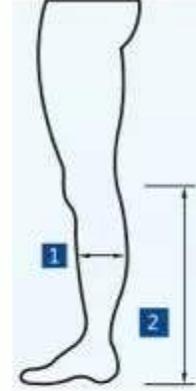
款式		
 短筒直筒	 短筒开口	 短筒闭口
 长筒直筒	 长筒开口	 长筒闭口
尺码：S / M / L / XL		

#### 尺码选择的重要性

- 1、尺码偏大：不起作用
- 2、尺码偏小：压力性损伤风险增高

### 膝长型抗血栓压力带

1 小腿围	2 长度	
	普通款	加长款
小号 < 30.5cm	< 41cm	≥ 41cm
中号 30.5-38cm	< 43cm	≥ 43cm
大号 38-44.5cm	< 46cm	≥ 46cm
特大号 44.5-51cm	< 46cm	≥ 46cm



### 腿长型抗血栓压力带

1 大腿围	2 小腿围	3 长度		
		短款	普通款	加长款
< 63.5cm	小号 <30.5-38cm	< 74cm	74-84cm	> 84cm
	中号 30.5-38cm	< 74cm	74-84cm	> 84cm
	大号 38-44.5cm	< 74cm	74-84cm	> 84cm



如不在此上范围内，请选择腿长带腰带型

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：  
<https://d.book118.com/697060163061010001>