

# 穿套「醫用輔助襪」四原則： 有效預防靜脈曲張

衛生福利部食品藥物管理署

您是需要每天長時間站立工作的上班族嗎？當心很可能成為罹患靜脈曲張的高危險群。

為了減緩腿部諸多的不適症狀，有些人常會穿著彈性襪來預防或減緩靜脈曲張，但在選購時卻很容易混淆，誤以為用壓力等級作為選擇依據，認為越緊效果越好，結果讓血液更加滯留於腳部。那麼該如何選擇一雙適合自己的產品呢？

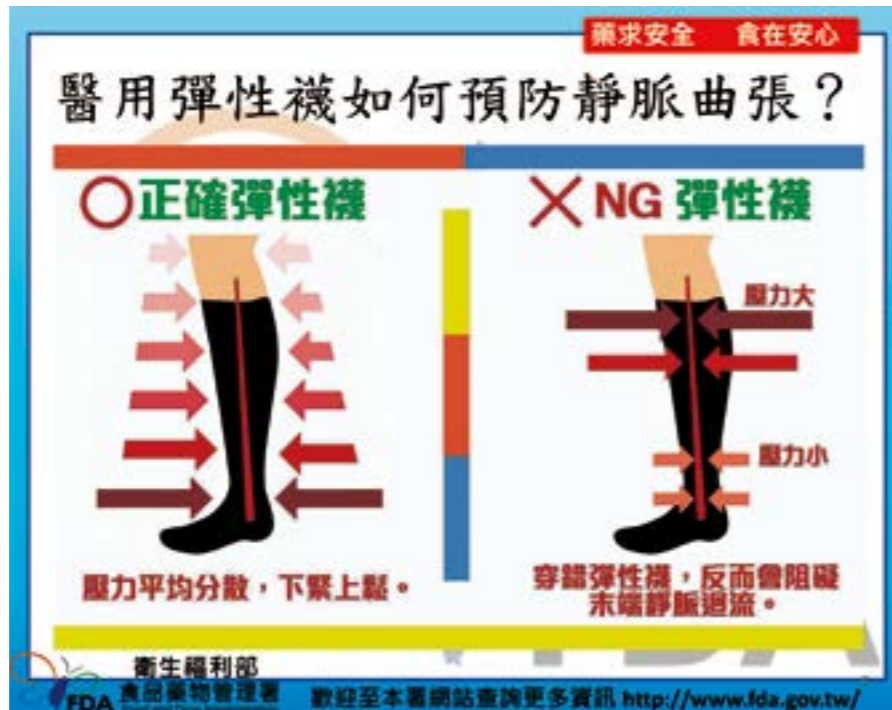
有些醫護人員、空姐、公司作業員等幾乎是整天站立的工作者，很容易感到雙腿疲倦、酸痛或沉重，甚至出現腳踝腫脹的症狀，因而自行購買彈性襪或醫用輔助襪來穿，藉此防止靜脈曲張，但卻不了解彈性襪與醫用輔助襪兩者之間的差異何在？

## 彈性襪 VS. 醫用輔助襪

一般而言，彈性襪主要是由彈性物質製成，而醫用彈性襪可以對腿部

施以適當壓力，屬於醫療器材列管，若您看到坊間有宣稱防止腿部血液蓄積所設計的器材時，是以第二等級醫療器材列管；而用於防止腿部血液蓄積以外之醫療用途，則是第一等級的醫療器材。

醫用輔助襪的功能，是用於減少顯著靜脈曲張、慢性靜脈功能不全、後靜脈炎症候群、浮腫、淋巴水腫、起立性低血壓及靜脈潰瘍。此外，對於曾接受外科手術的病患，穿著此襪亦可減少深



層靜脈血栓 (Deepvein thrombosis, DVT) 及肺栓塞發生率。其原理是透過提供不同等級的壓縮，以增加血流速度和靜脈血液回流至心臟，減少可能引起靜脈擴張和管壁受損的瘀血現象。

## 注意事項

在選購醫用輔助襪前，請先確認該產品已取得衛生福利部核發的許可證，若對產品有疑慮，可至食藥署網站的許可證資料庫查詢 (連結：食品藥物管理署網站首頁 <http://www.fda.gov.tw> > 醫療器材 > 資訊查詢 > 醫療器材許可證資料庫 > 西藥、醫療器材、含藥化粧品許可證查詢作業)。

1. 為避免減少使用次數，在穿著過程中，盡量不要抓取襪子鬆緊帶的

接縫。

2. 在穿著一天的過程中，可微調輔助襪頂端鬆緊帶的位置。

3. 穿著長統襪款式時，若因腿型問題滑落，可以加上吊襪帶或選擇褲襪的款式。

4. 因為輔助襪的壓力會因為外力不當拉扯而使壓力分佈失衡，因此清潔輔助襪時請盡量手洗。

如果有下述情況：如皮膚炎、靜脈結紮 (術後立即穿套)、壞疽、近期接受過皮膚移植、嚴重動脈硬化或其他缺血性血管疾病、充血性心力衰竭引起的雙下肢大面積浮腫或肺水腫及腿部嚴重畸形，建議不要使用這類型的產品。