

悄然而声的血管“故障”和“突发事件”

日本易食研究所 大林惠运

血管是遍布人体全身的血液通道，通过这些大小的通道，将人体所需的营养物质输送到人体的各个角落，以供需要。所以，保持血管的畅通，避免发生各种故障，是使生命体保持健康的必须行为。

血管分为从心脏将血液送往全身的动脉、细动脉；将血液回流送往心脏的静脉、细静脉，还有就是将细动脉和细静脉链接起来的毛细血管。

血管的故障和事故有多种多样，其中最常见的是动脉血管的硬化、血管的狭窄、血管的堵塞、血管的破裂等等。血管的任何故障和事故，对人体的健康都是巨大的隐患或攻击，有时甚至是致命的。

我们来看看血管的故障和事故吧。

血管的硬化

血管的硬化主要是指动脉的硬化，是在悄然而声中进展的。在初期，人体并不会会有预感。其形成的主要原因是人体血液中被氧化的低密度脂蛋白在动脉的血管壁上沉积，还有因血液的污染，混在血液中的不纯物质对血管壁产生损伤，白血球和血小板进行修补也会在血管壁上堆积，这样就使血管壁增厚，还有一个就是，人体生存必须要各种氨基酸，而其中的蛋氨酸在分解时会产生高半胱氨酸。高半胱氨酸在体内的含量过多，并因缺乏分解它的营养素时，就会在体内大量积累，形成动脉硬化。巨噬细胞在吞噬氧化的胆固醇超过限界后会变为脂肪块，也会成为血管壁上的隆起，这是动脉粥样硬化的原因。动脉硬化会使血管失去应有的弹性，从而引起各种心脑血管疾病。

血管的狭窄

由于血管壁增厚，许多不纯物质在血管壁上堆积，有的甚至形成如小山般的隆起。这样，就使血管的内径变得越来越小。结果，血流量就减少，影响了营养素在体内的运送。血管壁的狭窄放任置之的话，将会引起血管的堵塞。血管狭窄时人体容易产生疲劳感，会有头晕，无力的感觉。这是因为血液在输送营养素时遇到了阻碍，血流无法畅通引起的。

血管的堵塞

血管受到损伤时，白血球、血小板等会进行修补，这就会形成血管壁的不平整，而在修补处又易造成其他物质的堆积，修补处的隆起还会脱落，形成血栓，在血管的狭窄部位或是微小动脉处堵塞动脉。另外心脏病的房颤也会产生血栓。房颤患者的服用阿司匹林，就是为溶解血栓、预防血管堵塞为目的的。血管一旦被堵塞，就会造成局部组织的坏死。如脑梗塞、心肌梗塞等，如不及时救治，会导致人的死亡，形成血管大事故。一般这种事故发生前，会有一些预兆，如剧烈头痛，胸背绞痛等现象。

血管破裂

血管破裂是血管的另一种大事故。造成的死亡率很高。血管破裂有数种情况。一是因血管瘤的破裂引起的大出血。二是由血管的长期硬化处因气候变化后情绪剧烈变化引起收缩，血管不耐压力的冲击形成的破裂如脑溢血、蛛网膜下出血等。这两种血管的破裂，都是重大事故。这种事故经常是悄然侵袭，突然爆发的。有时虽然挽救了生命，但会留下严重的后遗症。

以上介绍的都是动脉方面的问题。其实静脉方面也有许多问题，如静脉闭塞，静脉曲张等，另外，静脉也会产生血栓。这里重点介绍一下静脉血栓及因此引起的静脉堵塞事故。

静脉血栓的形成可由旅游、感染、脱水、长期卧床不起或者因手术等造成的血流流动迟缓引起。也有因疾病而形成的。其中，健康人士因不注意发生了血栓造成的重大事故常有发生，那就是旅行中长时间的坐在机舱内引起的肺栓塞。

这个疾病又称为“经济舱综合症”。起因为长时间的同一姿势坐在狭窄的座位上，保持不动的时间超过3小时，造成部分静脉的血液凝固，形成肺血栓堵塞症。飞机上的湿度低、干燥，故发生这类病症的状况就较多。另外，出租车司机，在汽车中生活的人们，也比较容易患此病。

上述疾病的成因，与我们的生活习惯有密切的关系。不良生活习惯会引起血液的污染，从而诱发血管的问题。所以，作为防患于未然的方针，我们必须保卫血液的净化，这是预防各种血管故障和事故的最有效、最根本的方法。

别让疾病偷袭自己的健康。

2016年8月13日