

压力袜可降低老年群体跌倒的概率，而且可以借助简单的穿戴装置轻松穿戴



背景信息

对于老年群体而言，压力疗法是治疗慢性静脉功能不全 (CVI) 的有效方法。但是，由于医疗压力袜 (MCS) 穿脱不便，人们对压力疗法的疗效提出了质疑。

这份单页报告介绍了两项颇有前景的研究成果，这些成果将激励老年群体及其护理人员采用压力疗法。



研究 1: MCS 和姿势稳定性¹

目标

与年轻群体相比，老年群体跌倒的风险更大。此项研究调查了使用 MCS 刺激腿部是否有助于老年群体的姿势调节。

实验程序

利用平衡实验评估 MCS 在稳定表面和不稳定表面对姿势稳定性的影响。

参与者:

46 名参与者；
健康；
65-84 岁；
男性，n=23，
女性，n=23。

治疗方法:

赤脚；
安慰剂；
8-15mmHg
MCS；
20-30mmHg
MCS。

主要 终结点:

求得衡量体感功能的稳定性参数。参数越低，跌倒风险越低。

研究 2: MCS 和穿戴装置²

目标

穿脱医疗压力袜对于老年患者而言非常困难。此项研究调查了穿戴装置是否有助于老年群体穿戴压力袜。

实验程序

对使用或不使用穿戴装置时成功穿戴 MCS 的情况进行分析。

参与者:

40 名患者；
>65 岁；
重度 CVI (C4-C6)；
男性，n=17；
女性，n=23。

MCS:

一条 40mmHg；
两条叠加 20+20mmHg。
穿戴装置:
多种，包括
EasySlide、EasySlide
Caran (SIGVARIS) 或无穿戴装置。

主要终结点:

完成 MCS 的穿戴和正确姿势定位；
患者主观评估。



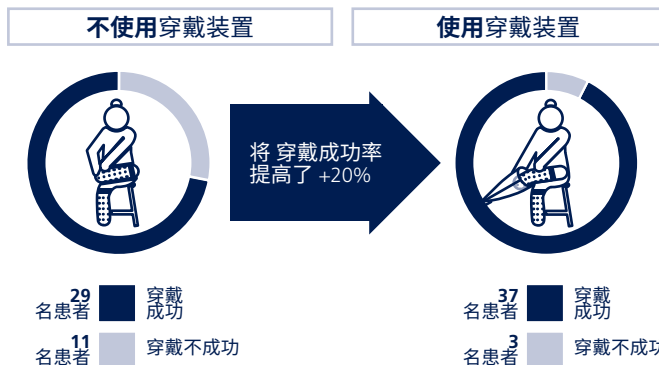
研究 1: 结果

MCS 可降低稳定性参数 (尤其是在不稳定表面上)。MCS 对身体感和姿势调节具有直接的积极作用。



研究 2: 结果

穿戴装置显著提高了穿戴成功率。SIGVARIS 装置是成功率最高的装置之一。根据评估结果，使用穿戴装置的效果明显优于不使用装置。



实用信息

除了其他形式的平衡训练外，穿戴长度达到膝盖的压力袜也是降低老年群体跌倒风险的一项可行的干预措施。

医师应鼓励老年患者及其护理人员选择穿戴装置并遵循压力疗法。

参考文献:(1) Immediate effects of wearing knee length socks differing in compression level on postural regulation in community-dwelling, healthy, elderly men and women. (社区居住的健康老年男性和女性穿戴压力程度不同的膝盖长度压力袜对姿势调节的直接影响。) MT Woo, K Davids, J Liukkonena, JY Chowd, T Jaakkola. 2018.Oct;66:63-69. doi: 10.1016/j.gaitpost.2018.08.011.Epub 2018 Aug 16. (2) Donning devices (foot slips and frames) enable elderly people with severe chronic venous insufficiency to put on compression stockings. (穿戴装置(脚套和脚架)可帮助患有重度慢性静脉功能不全的老年群体穿上压力袜。) K Sippel, B Seifert, J Hafner. 2015.Feb;49(2):221-9. doi: 10.1016/j.ejvs.2014.11.005.Epub 2015 Jan 8.