

ترومبوز ورید عمقی (DVT) چیست ؟

به معنای تشکیل لخته خونی در دیواره های داخلی یک سیاهرگ عمقی است که معمولاً در پشت ساق یا جلوی ران بوجود می آید و با پیشرفت بیماری ممکن است باعث مسدود شدن نسبی یا کامل عروق وریدی شود . جدی ترین عوارض احتمالی آن آمبولی ریه است که بدنبال جدا شدن لخته و حرکت آن در مسیر جریان خون و انتقال به دستگاه گردش خون ریوی میگردد.

علل :

تجمع خون در ورید که مکانیسمهای لخته کننده خون را بر می انگیزد. تجمع ممکن است پس از استراحت طولانی در بستر به دنبال جراحی یا در اثر بیماری ناتوان کننده مثل حمله قلبی، سکته مغزی یا شکستگی استخوان رخ دهد.

عوامل شدید کننده بیماری :

- افراد بالای 60 سال
- چاقی
- استفاده از استروژن موجود در قرص های ضد بارداری خوراکی یا برای جایگزینی پس از یائسگی. این امر به ویژه در صورت استفاده از استروژن همراه با سیگار کشیدن خطرناک است.
- جراحی، سانحه
- بارداری
- اختلالاتی چون نارسایی قلبی، سکته مغزی و پلی سیتمی - افزایش غلظت خون

علائم بیماری ترومبوز ورید عمقی چیست؟

حدود نیمی از بیماران مبتلا به DVT تا زمانی که رگهای بزرگ و اصلی مسدود نشوند ، هیچ علامتی ندارند . سایر علائم عبارتند از : تورم ، قرمزی ، گرمی ، تب خفیف و برجسته شدن رگهای سطحی پا . در صورتیکه لخته ایجاد شده به سمت ارگانها حرکت کرده باشد ، ممکن است بر حسب ارگان هدف علائمی مثل تنگی نفس ، تاری دید و یا نابینایی و از دست دادن هوشیاری یا فلج اندامها و ... ایجاد شود.

• تورم در پایی که دچار ترومبوز شده است

• احساس درد در پا

• پوست قرمز یا تغییر رنگ پوست

• احساس گرما در پای مبتلا به ترومبوز



داروها

• ضد انعقاد داخل وریدی برای پیشگیری از گسترش لخته ها

• ممکن است داروهای حل کننده لخته تجویز شوند که به طور فعال، لخته ها را حل می کنند.

برای به حداقل رساندن خطر آمبولی ریه، آزمون های خونی برای پایش غلظت ضد انعقاد، اجباری است. ضد انعقاد های خوراکی ممکن است به مدت 6 ماه یا بیشتر لازم باشند.



درمان ترومبوز سیاهرگی عمقی چیست؟

- 1- استراحت مطلق و عدم تمرین درمانی در این دوره که مدت زمان آن با نظر پزشک متخصص می باشد.
- 2- تجویز داروهای ضد انعقادی (هپارین، وارفارین، ریبواروکسابان، زالربان، آمپراکس) بر طبق نظر پزشک معالج.
- 3- اندام مبتلا باید بالاتر از سطح قلب قرار گیرد.
- 4- زمانی که پزشک به شما اجازه راه رفتن داد ، باید از جورابهای الاستیک که اندازه متناسب داشته باشد ، استفاده کنید.
- 5- جورابها بدون تاخوردگی و چروکیدگی پوشیده شود.
- 6- هنگام خواب جوراب یا باند را در آورده و قبل از برخاستن از بستر بپوشید.
- 7- پاها را روزانه دوبار از نظر تغییرات پوستی و حساسیت به لمس ، تورم ، گرمی و قرمزی بررسی کنید.
- 8- برنامه دارودرمانی جهت تعیین میزان و مدت زمان مصرف دارو بعد از ترخیص داشته باشید .



هوالشافعی

تربوز وریدهای عمقی DVT



تهیه کننده: مهتاب مبصری

تاریخ تدوین: آذر 1400

نکاتی در مود استفاده از داروهای ضد انعقاد:

- 1- در صورت نیاز از ریش تراش برقی به جای تیغ استفاده شود.
- 2- از مسواک نرم استفاده شود.
- 3- مصرف غذاهای پرچرب و سرشار از ویتامین K (کلم، پیاز، کاهو، اسفناج، شلغم، ماهی و جگر) محدود شود زیرا در جذب وارفارین تداخل ایجاد می شود.
- 4- کارت مصرف داروی ضد انعقاد را همیشه همراه داشته باشید.
- 5- در صورت خونریزی از هر قسمت از بدن، مدفوع قیری و سیاه، ضعف و بی حالی، رنگ پریدگی، خونریزی غیر طبیعی در سیکل های ماهیانه و کبودی های غیر طبیعی به پزشک معالج سریعاً اطلاع دهید.

با آرزوی سلامتی و شادکامی



9- آزمایشات خون (تعیین زمان انعقاد خون) را طبق دستور پزشک بطور منظم انجام دهید .

10- سفتی و سردی در اندام مبتلا می تواند نشانگر پیشرفت بیماری و یا خونریزی شدید داخلی، عضلانی و سایر بافت ها باشد.

11- مایعات کافی بنوشید . از سبزیجات و میوه ها استفاده کنید تا در زمان دفع، مجبور به فشار دادن پاها نشوید.

12- در صورت چاقی وزن خود را کم کنید.

13- با مشورت با پزشک میتوانید جهت کاهش درد از کمپرس گرم و مرطوب روی پای مبتلا استفاده کنید .

14 - طبق دستور پزشک در صورت درد از مسکن (استامینوفن کدئین) استفاده کنید.

در چه شرایطی باید به پزشک مراجعه نمود؟

- اگر شما یا یکی از اعضای خانواده تان علائم ترومبوز ورید عمقی را داشته باشید. اگر موارد زیر در طول درمان رخ دهند:
 - خونریزی غیرمنتظره از هر مکان
 - درد قفسه سینه
 - سرفه خونی
 - تنگی نفس
 - تداوم یا افزایش تورم و درد علی رغم درمان
- اگر دچار علائم جدید و غیر قابل توجیه شده اید. داروهای مورد استفاده در درمان ممکن است عوارض جانبی تولید کنند.