

هوالشافی



ترومبوز سیاهرگهای

عمقی (DVT) چیست؟



گروه هدف: بیمار / همراه

تهیه و تنظیم: واحد آموزش بیمارستان یاس سپید

منابع: برونروسودارت.(محمد علیها، ژابه. عاصمی، صدیقه)-

پرستاری قلب و عروق و خون-نشر سالمی- ۱۳۸۹



آدرس: تهران ، بلوار کشاورز خیابان حجاب، کوچه

یکم بیمارستان یاس سپید



تلفن: ۷۲-۸۸۹۹۵۷۶۷-۸۸۹۹۵۷۶۵ شماره:

www.yashospital.com

info@yashospital.com

از مصرف زیاد مواد غذایی زیر پرهیز کنید:

جگر، چای سبز، کلم، اسفناج، کاهو، سس مایونز، روغن سویا، بستنی، شلغم، نخودفرنگی، جعفری، شاهی، لوبیا، باقلا، پیاز، مرکبات، گوجه فرنگی، پسته.

توجه: در موارد نادر ممکن است لخته از جای خود در سیاهرگ کنده شده و به سمت ریه حرکت کند و ایجاد یک بیماری خطرناک به نام آمبولی ریه می نماید، لازم است در صورت علائمی مانند درد سینه، تنگی نفس، سرفه و خلط خونی؛ سریع به پزشک مراجعه نمایید.



ترومبوز سیاهرگهای وریدهای عمقی (DVT) چیست؟

ایجاد لخته یا التهاب در سیاهرگهای عمقی پا را ترومبوز سیاهرگهای عمقی پا گویند.

علائم:

ورم پا، به صورتیکه با نگاه و اندازه گیری، نامتقارن بودن هر دو پا مشخص شود، اختلال در حرکت اندام مبتلا، حساسیت در لمس و درد و تب خفیف، قرمزی و کبودی ساق پا، برجستگی رگهای سطحی پا، در صورت حرکت لخته به سمت سرخرگهای ریه و انسداد آنها علائمی مثل تنگی نفس، درد قفسه سینه و خلط خونی نیز بروز می کند.

عوامل موثر در ایجاد لخته:

سه عامل مهم وجود دارد که بنظر می رسد برای ایجاد لخته در سیاهرگهای عمقی پا حداقل ۲ عامل باید وجود داشته باشد:

۱- **رگود وریدی:** در زمان کاهش جریان خون دیده می شود مثل بی حرکتی طولانی مدت اندام ها (پروازهای هوایی طولانی مدت).

۲- **صدمه به دیواره رگ:** صدمه باعث ایجاد تشکیل لخته در آن محل می شود مثل: ضربه مستقیم به رگ در شکستگی های استخوانی (شکستگی لگن و ران) و واریس.

۳- **افزایش انعقادپذیری خون:** باعث تشکیل لخته می گردد و این مورد در افرادی که بطور ناگهانی داروهای ضد انعقاد خود را قطع می کنند و در مصرف داروهای ضد

بارداری دیده می شود، چاقی، حاملگی، بیماریهای قلبی، مصرف سیگار.

روش درمان:

در طی ۱ الی ۳ روز اول پس از بستری، پزشک ابتدا از یک ضد انعقاد تزریقی که دارای اثر کوتاه مدتی است، برای شما استفاده خواهد کرد. در صورت وسعت و شدت بیماری ممکن است از جراحی، برای تخلیه ی لخته ی پای شما استفاده گردد. پس از رسیدن به نتیجه ی مطلوب، یک داروی ضد انعقاد خوراکی به نام وارفارین برای شما جایگزین می گردد. این دارو در دوازدهم برای شما استفاده خواهد شد و عملکرد آن با آزمایشی به نام PT تعیین می گردد. به طور معمول شما با وارفارین مرخص می شوید. این دارو توانایی بدن را برای ساختن لخته های خونی جدید کم می کند.

لازم است بدانید که رعایت موارد فوق در بهبودی

شما الزامی است:

۵ الی ۷ روز بستگی به نظر پزشک در بستر خود استراحت مطلق داشته باشید. گرم کردن پا در کاهش درد و تورم موثر است. در تخت خود وضعیت خوابیده به پشت داشته باشید و پای مبتلا باید کمی بالاتر از سطح بدن قرار گیرد. جهت کنترل درد از مسکن خوراکی تجویز شده توسط پزشک، برای شما استفاده می شود. از باندکشی یا جوراب واریس برای پای شما استفاده خواهد شد.



توصیه های لازم بعد از ترخیص:

- ❖ هر گونه خونریزی مثل: استفراغ خونی، خون در ادرار، مدفوع خونی یا سیاه رنگ، خونریزی لثه، کبودی بدون علت، خونریزی از بینی و ... را گزارش دهید.
- ❖ آزمایش PT را به موقع و در زمان های تعیین شده توسط پزشک انجام دهید و جواب را به اطلاع وی برسانید.
- ❖ در صورت نیاز به اقدام دندانپزشکی یا عمل جراحی پزشک خود را در مورد مصرف قرص وارفارین یادآوری کنید.
- ❖ حتما دارو را هر روز سر ساعت معین مصرف نمایید.
- ❖ بدون اجازه ی پزشک دارو را خودسرانه قطع نکنید.
- ❖ به دلیل اثر برخی داروها در انعقاد خون از مصرف داروهایی نظیر ویتامین ها، آسپرین، استامینوفن، بروفن، دیکلوفناک و ناپروکسن همزمان با وارفارین خودداری کنید.
- ❖ از ایجاد صدماتی که باعث خونریزی می گردد، پرهیز کنید.
- ❖ به جای تیغ از ماشین ریش تراش استفاده کنید.
- ❖ پاها را ماساژ ندهید زیرا باعث سست شدن لخته می شود.
- ❖ در هنگام خواب پاها بالاتر از سطح بدن باشد تا بازگشت خون وریدی تسهیل شود.
- ❖ ورزش پا برای جلوگیری از تجمع خون در پا کمک میکند.