

## لخته شدن خون در رگها ( ترمبوز سیاهرگ عروقی DVT)



### ایجاد لخته یا التهاب در سیاهرگهای عمقی پا را DVT گویند.

علائم: ورم پا، به صورتی که با نگاه و اندازه گیری، نامتقارن بودن هر دو پا مشخص شود، در لمس و درد، تب خفیف، قرمزی و کبودی ساق پا.

### عوامل مؤثر در ایجاد لخته:

- سه عامل مهم وجود دارد که به نظر می رسد برای ایجاد لخته در سیاهرگ های عمقی پا حداقل ۲ عامل باید وجود داشته باشد:
- رکود وریدی: در زمان کاهش جریان خون دیده می شود مثل بی حرکتی طولانی مدت اندام ها.
  - صدمه به دیواره رگ: صدمه باعث ایجاد محلی برای تشکیل لخته می شود مثل ضربه مستقیم به رگ در شکستگی های استخوانی.
  - افزایش انعقادپذیری خون: باعث تشکیل لخته می گردد و این مورد در افرادی که به طور ناگهانی داروهای ضدانعقاد خود را قطع می کنند و در مصرف دارو های ضدبارداری دیده می شود.

### روش درمان:

در طی ۱ الی ۳ روز پس از بستری، پزشک ابتدا از یک ضدانعقاد تزریقی که دارای اثر کوتاه مدتی است برای شما استفاده خواهد کرد. در صورت وسعت و شدت بیماری ممکن است از جراحی برای تخلیه لخته پای شما استفاده گردد. پس از رسیدن به نتیجه مطلوب، یک داروی ضدانعقاد خوراکی به نام وارفارین برای شما جایگزین می گردد. این دارو در درازمدت 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 زیر در بهبودی شما الزامی است:

- ۵ الی ۷ روز بسته به نظر پزشک در بستر خود استراحت مطلق داشته باشید.
- گرم کردن پا در کاهش درد و تورم مؤثر 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.
- بعد از مرحله حاد از باند کشی یا جوراب واریس برای پای شما استفاده خواهد شد.



## توصیه های لازم بعد از ترخیص:

- ✓ هرگونه خونریزی مثل استفراغ خونی، خون در ادرار، مدفوع خونی یا سیاه رنگ، خونریزی از لثه، کبودی بدون علت بدن، خونریزی از بینی و..... را گزارش دهید.
- ✓ حتماً دارو را هر روز سر ساعت معین مصرف نمایید.
- ✓ بدون اجازه پزشک دارو را خودسرانه قطع نکنید.
- ✓ آزمایش PT را به موقع و در زمان های تعیین شده توسط پزشک انجام دهید و نتیجه را به اطلاع وی برسانید.
- ✓ در صورت وجود علائمی مانند سردرد، احساس سبکی سر و حاملگی به پزشک خود مراجعه کنید.
- ✓ در صورت نیاز اقدام دندانپزشکی یا عمل جراحی به پزشک خود یادآوری کنید که قرص وارفارین مصرف می کنید.
- ✓ به دلیل اثر برخی داروها در انعقاد خون از مصرف داروهای نظیر ویتامین ها، آسپرین، استامینوفن، بروفن، دیکلوفناک و ناپروکسن همزمان با وارفارین خودداری کنید.
- ✓ از مصرف الکل به دلیل ایجاد تغییر در پاسخ بدن به داروهای ضدانعقاد پرهیز کنید.
- ✓ از ایجاد صدماتی که باعث خونریزی گردد، پرهیز کنید.
- ✓ به جای تیغ از ماشین ریش تراش استفاده کنید.

## از مصرف زیاد مواد غذایی زیر پرهیز کنید:

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

## نکته:

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



منابع: بروئر و سودارث ۲۰۲۲

آدرس: تهران ، بلوار کشاورز خیابان حجاب، کوچه یکم



بیمارستان یاس سپید

تلفن: ۷۲-۸۸۹۹۵۷۶۷-۸۸۹۹۵۷۶۵:نمابر

[www.yashospital.com](http://www.yashospital.com)

[info@yashospital.com](mailto:info@yashospital.com)

گروه هدف: بیماران / همراهان

تهیه و تنظیم: واحد پرستار پیگیر بیمارستان

ویرایش دوم: سال ۱۴۰۳