

ایجاد لخته در سیاهرگ های عمقی چیست؟

ترومبوز ورید عمقی عبارت است از بیماری که طی آن یک لخته خون که در یک ورید تشکیل می شود و ممکن است باعث انسداد نسبی یا کامل جریان خون شود یا رها شده و به ریه ها برود. این حالت متفاوت از لخته های موجود در وریدهای سطحی است که در آن به ندرت لخته ها رها می شوند. معمولاً ساق پا یا جلوی ران و یا پایین شکم را درگیر می کند.

عوامل افزایش دهنده خطر:

- استراحت در بستر
- چاقی
- جراحی های اخیر (به خصوص جراحی مفصل ران و زانو)
- زایمان در ۶ ماه گذشته
- سرطان
- شکستگی در لگن و پا
- سابقه خانوادگی ابتلا به DVT
- اختلالاتی چون نارسایی قلبی، سکنه مغزی و پلی سیتمی (افزایش غلظت خون)
- استفاده از استروژن موجود در قرص های ضد بارداری خوراکی (این امر به ویژه در صورت استفاده کردن از استروژن همراه با سیگار کشیدن خطرناک است)
- اختلالات خود ایمنی مانند لوپوس
- ورید های واریسی

علائم شایع:

- تورم در پا (معمولاً مچ پا، ساق یا ران)
- درد یا حساسیت در پا (به خصوص در زمان ایستادن یا راه رفتن احساس می شود)
- افزایش گرما در ناحیه ای از پا که متورم یا دردناک است
- پوست قرمز یا رنگ پریده در نواحی آسیب دیده

روش درمان

در طی ۱-۳ روز اول پس از بستری، پزشک ابتدا از یک ضد انعقاد تزریقی که دارای اثر کوتاه مدتی است برای شما استفاده خواهد کرد. پس از رسیدن به نتیجه مطلوب، یک داروی ضد انعقاد خوراکی به نام وارفارین برای شما جایگزین می گردد. این دارو در دراز مدت برای شما استفاده خواهد شد و عملکرد آن با آزمایشی به نام PT تعیین می گردد. بطور معمول شما با وارفارین مرخص می شوید. این دارو توانایی بدن را برای ساخت لخته های خونی جدید کم می کند.



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

مراقبت های لازم در DVT در مدت بستری:

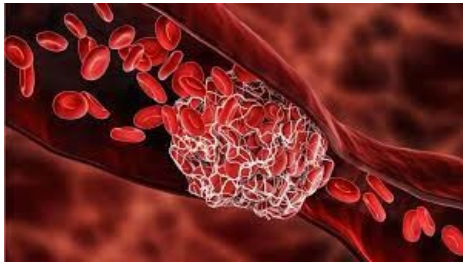
لازم است بدانید که رعایت این موارد در بهبود شما الزامی است:

- ۵-۷ روز (بسته 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 باشد و پای مبتلا باید کمی بالاتر از سطح بدن قرار بگیرد.
- جهت کنترل درد از مسکن خوراکی تجویز شده توسط پزشک، برای شما استفاده می شود.
- از باند کشی یا جوراب واریس برای پای شما استفاده خواهد شد.





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی آذربایجان غربی



ترومبوز ورید عمقی (DVT)

واحد آموزش سلامت

۰۴۴- ۴۴۲۲۲۲۴۳

۱۴۰۴



پیشگیری از ایجاد لخته در ورید های عمقی:

- از نشستن یا ایستادن طولانی پرهیز شود.
- در صورتی که ضرورت دارد برای مدت طولانی بنشینید یا بایستید، از جوراب های کشی محکم که به عروق پا فشار وارد کرده و مانع از تجمع خون در پاها می شود استفاده کنید. (جوراب های ضد واریس)
- پیش از انجام هورمون درمانی (استفاده از داروهای استروژن و ضد بارداری) با پزشک خود مشورت کنید.
- پس از هرگونه اقدام جراحی یا در طی هرگونه بیماری زمین گیر کننده، هرچه زودتر حرکت دادن اندام های تحتانی را شروع کنید.
- در مسافرت های طولانی با اتومبیل یا هواپیما، حداقل هر ۲-۱ ساعت، پاهای خود را حرکت دهید.
- سیگار نکشید.



منبع:

برونر سودارث درسنامه داخلی جراحی ۲۰۱۸

مراقبت های لازم در مصرف وارفارین

- هر گونه 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 کنید.
- حتما 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 به 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 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.
- از مصرف زیاد مواد غذایی حاوی جگر، چای سبز، کلم، اسفناج، کاهو، سس مایونز، سویا، روغن سویا، بستنی، شلغم، نخود فرنگی، جعفری، شاهی، لوبیا، باقالا، پیاز، مرکبات، گوجه فرنگی و بسته پرهیز کنید.