

آمبولی ریوی

امبولی ریوی در واقع وجود لخته در داخل رگ است، که از آنجا به ریه انتقال پیدا میکند و همانجا ساکن میشود. شما ممکن است دچار تنفس های کوتاه، حتی در مواقع استراحت، و احساس سکتة قلبی کنید.

این اتفاق جزو اورژانس ها محسوب میشود، چون یک امبولی بزرگ ریوی یا چندتا امبولی کوچک میتواند کشنده باشد.

آمبولی ریه معمولا با تنگی نفس و درد سینه و سرفه خود را نشان می دهد علت آن می تواند سفرهای طولانی، قرص ضد بارداری و چاقی باشد.

پزشک چگونه آمبولی ریوی را تشخیص میدهد

پزشک از شما تاریخچه بیماری میگیرد و معاینه فیزیکی انجام میدهد. ممکن است به اولتراسوند، سیتی، یا اسکن ریه آزمایش خون، الکتروکاردیوگرام، آنژیوگرافی ریوی،، سونوگرافی، یا عکس قفسه سینه یا ام ار آی نیاز داشته باشید.



عوامل خطر آمبولی ریه:

اگر چه هر کسی می تواند لخته های خونی و آمبولی ریوی را داشته باشد، اما عوامل ویژه ای می توانند خطر ابتلای شما را افزایش دهند .

-پیشینه پزشکی:

اگر شما یا هر یک از اعضای خانواده تان در گذشته لخته خون یا آمبولی ریوی داشته اید، در معرض خطر بیشتری قرار دارید. این ممکن است ناشی از اختلالات ارثی باشد، که خون را آلوده می کند و باعث می شود بیشتر مستعد لخته شدن باشد.

علاوه بر این، برخی شرایط پزشکی و درمان های پزشکی شما را در معرض خطر قرار می دهند، مانند :

-بیماری های قلبی: به ویژه نارسایی قلبی، باعث تشکیل لخته شدن بیشتر می شود .

- سرطان: سرطان های خاصی به ویژه سرطان پانکراس، تخمدان و سرطان های ریه و بسیاری از سرطان ها می توانند میزان موادی را افزایش دهند که به لخته شدن خون کمک می کنند و شیمی درمانی بیشتر این خطر را افزایش می دهد. زنانی که سابقه خانوادگی سرطان پستان را دارند و از تاموکسیفن و یا رالوکسیفن استفاده می کنند در معرض خطر بالاتر لخته های خونی قرار دارند.

- جراحی:

جراحی یکی از علل عمده لخته خونی است. به همین دلیل، داروها برای جلوگیری از لخته های خونی قبل و بعد از جراحی های بزرگ مانند جایگزینی مفاصل تجویز می شود.

- عدم تحرک طولانی مدت: در طول دوره های بدون فعالیت، لخته های خونی به احتمال بیشتری شکل می گیرند، پس به این نکات توجه کنید:

-استراحت در تخت خواب:

بستری شدن برای مدت طولانی بعد از جراحی، سکتة قلبی، شکستگی ساق پا، ضربه روحی و یا هر بیماری جدی که باعث می شود شما در برابر لخته های خونی آسیب پذیرتر شوید. هنگامی که قسمت های انتهایی پایینی برای دوره های طولانی افقی هستند، جریان خون وریدی و خون می تواند در پاها ایجاد شود.

- سفرهای طولانی: نشستن در یک موقعیت تنگ در طول سفرهای طولانی یا سفرهای ماشینی باعث کاهش جریان خون در پاها می شود که به تشکیل لخته کمک می کند.

- سیگار کشیدن: استفاده از دخانیات در برخی افراد برای تشکیل لخته خونی، به ویژه زمانی که با سایر عوامل خطر ترکیب می شود، تاثیر دارد.



بیمارستان ثامن الائمه (ع) چناران

واحد آموزش سلامت

آمبولی ریه



کد سند:
HS/pc8

تاریخ تدوین:

1398/05/ 17

شماره بازنگری: 00

عنوان سند:
پمفلت آموزشی ویژه بیماران

شماره تماس: 46123001
داخلی 106 و 103

حفظ وزن سالم: اضافه وزن فشار بیشتری بر قلب، اندام های حیاتی، اندام تحتانی و رگ های خونی شما می گذارد. استروژن ذخیره شده در بافت چربی می تواند در تشکیل لخته، التهاب و دیگر مشکلات دخیل در ایجاد یک لخته خطرناک موثر نقش داشته باشد.

فعالیت جسمانی: حرکت کردن در صورت امکان پس از عمل جراحی می تواند به جلوگیری از آمبولی ریوی و بهبود سریع ریکاوری کمک کند. این یکی از دلایل اصلی است که پرستار شما ممکن است شما را وادار به بیدار شدن، حتی در روز عمل جراحی کند و علی رغم درد در محل عمل جراحی از شما می خواهد که راه بروید.

اگر که تنفس های کوتاه و درد قفسه سینه یا سرفه ی خونی بدون علت دارید اگر علایمی در پای خود مثل درد و ورم دارید به مرکز اورژانس بیمارستان مراجعه کنید

منبع:

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus>

داشتن اضافه وزن:

وزن اضافی خطر لخته های خونی را افزایش می دهد - به ویژه در زنانی که سیگار می کشند یا **فشار خون** بالایی دارند.

- استروژن تکمیلی:

استروژن در قرص های کنترل ضدبارداری و در درمان جایگزینی هورمونی، موجب لخته شدن عوامل انعقاد خون در خون می شود، به خصوص اگر شما سیگار می کشید یا اضافه وزن دارید.

-بارداری: وزن نوزاد که بر رگ های ران و لگن فشار می آورد، ممکن است باعث کند شدن خون در پاها شود. زمانی که خون کاهش یابد، لخته ها به احتمال بیشتری شکل می گیرند.

چه کنیم به آمبولی ریه مبتلا نشویم؟

تغذیه سالم داشته باشید (استفاده از غذاهای حاوی ویتامین E و D و امگا 3 مثل تخم مرغ، قارچ، ماهی، سیر ...)

پوشیدن ثابت جوراب های فشرده شده پاهای شما را فشار می دهند و به رگ ها کمک می کنند و ماهیچه های پا به طور موثرتری خون را حرکت می دهد. آن ها یک روش ایمن، ساده و ارزان برای جلوگیری از راکد شدن خون و پس از جراحی عمومی است.