

ترومبوز ورید عمقی عبارت است از بیماری که طی آن یک لخته خون که در یک ورید تشکیل می‌شود و ممکن است باعث انسداد نسبی یا کامل جریان خون شود یا رها شده و به ریه برود. این حالت متفاوت از لخته‌های موجود در وریدهای سطحی است که در آن به ندرت لخته‌ها رها می‌شوند. معمولاً ساق یا پایین شکم را درگیر می‌کند ولی گاهی سایر وریدهای بدن را مبتلا می‌کند. در افراد بالای 60 سال شایع‌تر است.

علائم شایع

- گاهی بدون علائم
- تورم و درد در ناحیه‌ای که توسط ورید تخلیه می‌شود (معمولاً میچ پا، ساق یا ران) ورم در اندام تحتانی هر چیزی در زیر لخته را شامل می‌شود و به انگشتان پا گسترش می‌یابد.
- حساسیت به لمس و قرمزی نواحی آسیب‌دیده
- ناراحتی یا درد در راه رفتن. ناراحتی با استراحت بهبود نمی‌یابد.
- درد هنگام بلند کردن اندام تحتانی و خم کردن پا (گاهی اوقات)
- تب (گاهی اوقات)
- افزایش ضربان قلب (گاهی اوقات)



علل:

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

عوامل تشدید کننده بیماری

- افراد بالای 60 سال
- چاقی
- استفاده از استروژن موجود در قرص‌های 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
- سرطان
- اختلالاتی چون نارسایی قلبی، سکته مغزی و پلی‌سیتمی (افزایش غلظت خون)

پیشگیری

- در طول بیماری‌ها از استراحت طولانی در بستر خودداری کنید. پس از هرگونه اقدام جراحی یا در طی هرگونه بیماری زمین‌گیرکننده هرچه زودتر حرکت دادن اندام‌های تحتانی را شروع کنید.

- در مسافرت‌های طولانی یا اتومبیل یا هواپیما، حداقل هر 2-1 ساعت، پاهای خود را حرکت دهید.
- به ویژه در صورت مصرف استروژن، سیگار را ترک کنید.

عوارض احتمالی

آمبولی ریه که طی آن لخته رها می‌شود و به ریه می‌رود. جریان خون ریه مسدود شده، باعث مرگ بافت ریه آسیب دیده می‌گردد. تعداد قابل ملاحظه‌ای از بیماران دچار آمبولی ریه، به خاطر بیماری می‌میرند.

اصول کلی درمان

- آزمون‌های تشخیصی می‌توانند شامل رادیوگرافی وریدها، سونوگرافی (میزان خونی را که از اندام عبور می‌کند، اندازه می‌گیرد) باشند.
- اگر لخته‌ها کوچک، محدود به ساق بوده و بیمار توانایی حرکت داشته باشد، درمانی لازم نیست. لخته‌ها غالباً خود به خود رها می‌شوند.
- برای اکثر بیماران بستری شدن به خاطر تزریق ضد انعقادها و مشاهده عوارض لازم است.
- در بیماران خاص، اقدام جراحی برای کار گذاشتن یک دستگاه غربال («چتر») در ورید اجوف تحتانی (ورید اصلی که به ریه‌ها وارد می‌شود) برای به دام انداختن لخته‌ها قبل از رسیدن به ریه‌ها



بیمارستان ثامن الائمه (ع) چناران

واحد آموزش سلامت

DVT یا لخته شدن خون در رگهای پا



کد سند:

HS/F83

تاریخ تدوین:

1397/11/ 05

شماره بازنگری: 00

عنوان سند:

پمفلت آموزشی ویژه

بیماران

شماره

تماس: 46123001

داخلی 106

رژیم غذایی: رژیم غذایی خاصی ندارد.

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

نکات بهداشتی و درمانی پیشگیرانه مهمی که

بیماران در طول بستری در این بخش رعایت کنید:

1. شستن به موقع دستها با آب و صابون بعد از استفاده از سرویس بهداشتی، قبل از صرف غذا و در صورت مشاهده هرگونه آلودگی واضح در دستها
2. رعایت بهداشت فردی، شستشوی به موقع سر و بدن برای جلوگیری از ایجاد بوی نامطبوع در بدن
3. تمیز و مرتب نگهداشتن فضای اطراف خود
4. از دستکاری زخم پرهیز نموده و در صورت بروز هرگونه مشکل پرستار بخش را مطلع کنید.
5. در زمان بستری در بخش با صدای آرام صحبت کنید تا باعث مزاحمت دیگران نشوید.

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

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.



فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری

- استراحت در بستر تا رفع تمام علائم التهاب. در هنگام استراحت، حرکت دادن عضلات پا، خم کردن مچ پا و تکان دادن انگشتان پا را تبدیل به عادت خود کنید .
- از جوراب های کشی مناسب یا باندازه های کشی استفاده کنید ولی از بند جوراب یا جوراب کشباف بلند استفاده نکنید .
- در هنگام نشستن به مدت طولانی پاها را بالاتر از باسن قرار دهید .
- پاها را از بستر بلند کنید .