

✚ ترومبوز ورید عمقی چیست؟

ترومبوز وریدهای عمقی زمانی رخ می دهد که خون در سطح لایه های داخلی وریدهای (سیاهرگها) عمقی لخته می شود که معمولاً این حالت در پاها اتفاق می افتد. این لخته ها خطرناک هستند به این دلیل که ممکن است شکسته شوند، وارد جریان خون شده و شریانهای (سرخرگها) بزرگ و مهم به ویژه شریانهای ریه را مسدود کنند و منجر به صدمه دائمی یا مرگ شوند.

✚ عوامل مستعد کننده:

- صدمه به عروق در اثر جراحی، ضربه و ...
- رکود (توقف) خون در اثر استراحت طولانی مدت در بستر و بی حرکتی
- چاقی
- سابقه واریس سیاهرگ ها
- سن بالای 65 سال
- سیگار
- افزایش انعقاد پذیری (لخته شدن) خون در اثر سرطان، بارداری، مصرف قرص های خوراکی ضد بارداری و افزایش سلول های خون
- جراحی در ناحیه زانو، لگن و مفصل ران

✚ علایم شایع لخته خون متحرک در عروق

چیست؟

تقریباً تا زمانی که رگ های بزرگ و اصلی مسدود نشود، هیچ علامتی ندارند. در این موقعیت علایم به شرح زیر است:

- افزایش دمای پا (گرمی) و تب خفیف
- درد در پاها و حساسیت به لمس
- تورم یک طرفه عضله پشت ساق پا، قوزک، ران و از قوزک به پایین
- التهاب و قرمزی و برجسته شدن رگهای سطحی پا
- ناراحتی یا درد در راه رفتن که با استراحت بهبود نمی یابد.
- در صورت حرکت لخته به سمت سرخرگ های ریه و انسداد آنها، علایمی مثل تنگی نفس، درد قفسه سینه و سرفه خونی نیز بروز می نماید که گاهی جزء اولین علائم است.

✚ راه های تشخیص:

- معاینه توسط پزشک
- آزمایش خون
- سونوگرافی یا عکس برداری رنگی از عضو

✚ چگونه می توان از ابتلا به ترومبوز

پیشگیری کرد؟

- در طول بیماریها از استراحت طولانی در بستر خودداری کنید.
- پس از هر گونه اقدام جراحی یا طی هر گونه بیماری هر چه سریع تر حرکت دادن اندام تحتانی (پاها) را شروع کنید.
- در مسافرت های طولانی با اتومبیل یا هواپیما هر 1-2 ساعت پایهای خود را حرکت دهید.
- به ویژه در هنگام مصرف استروژن سیگار را ترک کنید.
- در مسافرت های طولانی یا کارهایی که نیاز به ایستادن طولانی دارد، جوراب واریس بپوشید.

✚ روش های درمانی موجود چیست؟

- تجویز داروهای خوراکی (وارفارین) یا تزریقی رقیق کننده خون یا حل کننده های لخته طبق صلاحدید پزشک
- درمان های جراحی: در صورت منع درمان با داروهای رقیق کننده خون، در موارد خطر شدید آمبولی (کنده شدن لخته) به ریه و یا در مواردی که صدمه دایمی به اندام وارد شده است انجام می شود.
- اقدام جراحی به صورت برداشتن لخته و 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 می‌باشد.

فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری :

با توجه به وسعت و محل لخته، به استراحت کامل در بستر به مدت 5-7 روز بعد از تشخیص نیاز است. استراحت در بستر در طی این مدت باعث چسبیدن لخته به دیواره لخته و پیشگیری از کنده شدن لخته و حرکات آن در رگ‌های بزرگ می‌شود.

در هنگام استراحت، حرکت دادن عضلات پا، خم کردن مچ پا و تکان دادن انگشتان پا را تبدیل به عادت خود کنید. از جوراب‌های کشی مناسب یا بانداژهای کشی با صلاحیت پزشکی، استفاده کنید ولی از بند جوراب یا جوراب کشباف بلند استفاده نکنید. هر نوع جوراب، از جمله جوراب‌های واریس در صورت استفاده غلط (مثلا اگر بالای آن خیلی محکم باشد) می‌تواند باعث رکود(توقف) خون در سیاهرگ‌ها شوند. جوراب‌های واریس را در هنگام شب خارج کرده و قبل از بلند شدن از بستر در صبح بپوشید.

در هنگام نشستن به مدت طولانی پاها را بالاتر از باسن قرار دهید.

در هنگام درازکشیدن عضو مبتلا را با استفاده از بالش بالا نگه دارید.

چه موقع باید به پزشک مراجعه کنید؟

1. اگر شما یا یکی از اعضای خانواده‌تان علائم ترومبوز

ورید عمقی را داشته باشید.

2. 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 علی‌رغم درمان

3. اگر دچار علائم جدید و غیر قابل توجیه شده‌اید.

"با آرزوی سلامتی برای شما"

منابع:

- 1- Smeltzer S. Bane B. Brunner & suddarth 's tent book of Medical-surgical Nursing. Lww. 2004
- 2- shmc.sbmu.ac.ir



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی بعثت

ترومبوز ورید های عمقی

واحد آموزشی

ارديبهشت 1394