

## ترومبوز ورید عمقی DVT

ترومبوز ورید عمقی به لخته خونی گفته می‌شود که درون سیاهرگ‌های بزرگ عمقی ساق پا یا ران بروز می‌کند. متأسفانه، غالباً ترومبوز ورید عمقی بدون علامت است. نشانه‌های احتمالی شامل موارد زیر می‌باشند:



\* قرمزی

\* تورم

\* حساسیت و درد

این علائم در ناحیه‌ای رخ می‌دهد که لخته خون، (که معمولاً در ساق پا می‌باشد) ایجاد شده باشد.

## خطر ترومبوز ورید عمقی DVT :

### آمبولی ریه

اگر قسمتی از لخته جدا شود و آزادانه در جریان خون حرکت کند، می‌تواند تهدیدکننده حیات باشد. لخته جدا شده می‌تواند جریان خون به ریه‌ها را مسدود کند که به این رویداد آمبولی ریه می‌گویند.

**نشانه‌های آن شامل:** تنفس مشکل ، افت فشار خون ،

غش، افزایش ضربان قلب، درد قفسه سینه و سرفه به همراه

خلط خونی می‌باشند. اگر هر یک از این نشانه‌ها را داشتید با ۱۱۵

تماس بگیرید یا به اورژانس بیمارستان مراجعه کنید.

## چه چیز باعث بروز ترومبوز ورید عمقی می‌شود؟

هر چیزی که باعث آسیب رساندن به دیواره داخلی سیاهرگ شود می‌تواند منجر به بروز DVT شود. مانند: جراحی، جراحت عروقی و پاسخ سیستم ایمنی. خونی که غلیظ باشد و یا جریان کندی داشته باشد تمایل بیشتری به تشکیل لخته، مخصوصاً در عروق سیاهرگی که قبلاً آسیب دیده‌اند، دارد.

موارد دیگری که شانس ایجاد لخته خون را بالا می‌برند شامل اختلالات ژنتیکی، تغییرات هورمونی و عدم تحرک برای مدت زمان طولانی (مانند زمانی که با هواپیما پرواز می‌کنید) می‌باشند.

## چه کسانی در معرض خطر ابتلا به DVT هستند؟

- افرادی که مبتلا به سرطان هستند
- افرادی که تحت عمل جراحی قرار گرفته‌اند
- شخصی که برای مدت طولانی در بستر بوده است.
- سن بالا
- افرادی که سیگار مصرف می‌کنند
- کسانی که مسافت‌های طولانی را مسافرت می‌کنند.
- افراد با اضافه وزن یا چاقی

در زنانی که قرص‌های هورمونی جلوگیری کننده از بارداری استفاده می‌کنند و یا درمان هورمونی بعد از یائسگی دریافت می‌کنند و همچنین در زمان بارداری و ۴ تا ۶ هفته بعد از زایمان خطر ابتلا بسیار بالا است.

## تشخیص DVT

بیشتر مواقع از سونوگرافی برای تشخیص DVT استفاده می‌شود در این روش امواج صوتی جهت ایجاد تصویری از جریان خون در منطقه درگیر ایجاد می‌کنند و وجود لخته را می‌توانند در عروق سیاهرگی مشخص کنند.

## درمان DVT :

### ضد انعقادها:

ضد انعقادها، که باعث رقیق شدن خون می‌شوند، شایع‌ترین روش درمانی در درمان DVT هستند. آنها به صورت قرص خوراکی و یا فرم تزریقی مصرف می‌شوند. این داروها قادر به از بین بردن لخته‌ها نمی‌باشند. ولی از تشکیل لخته‌های خونی جدید جلوگیری کرده و به بدن زمان می‌دهند تا خودش لخته‌های قدیمی را از بین ببرد (حل کند).

### حل کننده‌های لخته:

داروهایی که در واقع موجب حل شدن لخته خون می‌شوند تحت عنوان ترومبولیتیک‌ها شناخته می‌شوند این داروها می‌توانند منجر به خونریزی ناگهانی و شدید شوند و به همین دلیل این داروها فقط در موارد اورژانس استفاده می‌شوند به‌طور مثال برای حل کردن لخته خونی که تهدیدکننده زندگی است و به ریه‌ها انتقال یافته و باعث بروز علائم شدید و خطرناک می‌شود. داروهای ضد انعقادها در بیمارستان و به صورت تزریق وریدی تجویز می‌شوند

## عوارض جانبی داروهای ضد DVT

به علت اینکه داروهای ضد انعقاد باعث رقیق شدن خون می‌شوند در افرادی که از این داروها استفاده می‌کنند احتمال بروز خون‌مردگی (کبودی) و همچنین احتمال خونریزی به راحتی وجود دارد.

## علائم هشدار برای خونریزی داخلی

علائم خونریزی داخلی در شکم شامل درد، استفراغ که به رنگ قرمز یا قهوه‌ای، و قرمز روشن یا مدفوع سیاه رنگ می‌باشند.



بیمارستان حضرت معتمد رسول (ع) مبارکه

## DVT

### ترومبوز ورید عمقی

گروه هدف: بیماران

تهیه و تنظیم: خانم شمس (کارشناس پرستاری)

واحد آموزش همگانی: تلفن ۵۲۶۷۲۲۲۲ داخلی ۳۱۴

کد محتوا: H۹۸۵۶

سایت اینترنتی بیمارستان: [www.mrhos.mui.ac.ir](http://www.mrhos.mui.ac.ir)

### جلوگیری از بروز DVT: نکاتی برای مسافرت

زمانی که برای بیش از ۴ ساعت مسافرت می‌کنید از پوشیدن لباس‌های تنگ اجتناب کنید و به مقدار فراوان آب بنوشید. حداقل هر دو یا سه ساعت بلند شوید و دور و اطراف قدمی بزنید. اگر باید در صندلی خود باقی بمانید راهی برای فعالیت پاهای خود پیدا کنید. عضلات پای خود را منقبض و سپس آزاد کنید و یا پاشنه پای خود را با قرار دادن انگشتان پا به روی زمین بالا و پایین ببرید و پیاده به دیدن مناظر زیبای فراوان بروید.



منبع: موسسه تحقیقات و درمان و آموزش سرطان

مشاور علمی:

آقای دکتر ناطقی (متخصص داخلی)

خونریزی در مغز می‌تواند باعث سردرد شدید یا نشانه‌های سکتة مغزی مانند تغییر در بینایی، حرکات غیر طبیعی و پریشانی حواس شود. اگر هریک از مجموعه این علائم را داشتید با اورژانس تماس بگیرید. همچنین در صورت خونریزی‌های کوچک که به‌طور مکرر اتفاق می‌افتند با پزشک خود تماس بگیرید.

### درمان DVT: استفاده از جوراب‌های واریس

این جوراب‌ها به پاها فشار وارد می‌کنند و از اینکه خون در جای خود باقی بماند و لخته شود جلوگیری می‌کنند از تورم اندام تحتانی می‌کاهد و احساس ناخوشایندی که در پاها به علت لخته‌هایی که قبلاً شکل گرفته‌اند را کاهش می‌دهد.

### عوارض درازمدت DVT

زمانی که لخته از بین برود DVT ممکن است باقی بماند و شما دچار تورم طولانی، مدت تغییر رنگ در پوست و درد، در جایی که قبلاً لخته وجود داشت بشوید. گاهی این علائم خود را یک سال بعد از بین رفتن لخته نشان می‌دهند

### جلوگیری از DVT: ورزش

فعالیت بدنی باعث افزایش جریان خون می‌شود و از متمرکز شدن آن در یک منطقه و تشکیل لخته جلوگیری می‌کند. انجام حرکات ورزشی به‌خصوص در عضلات پاها از DVT جلوگیری می‌کند. زمانی که فعالیت نمی‌کنید (به‌طور مثال پشت میز کار خود هستید) به خود زمانی را برای استراحت و کشیدن پاها اختصاص بدهید. اگر می‌توانید بلند شوید و در اطراف راه بروید. ورزش مکرر همچنین شانس ابتلا به چاقی (که به بروز DVT کمک می‌کند) را کاهش می‌دهد.