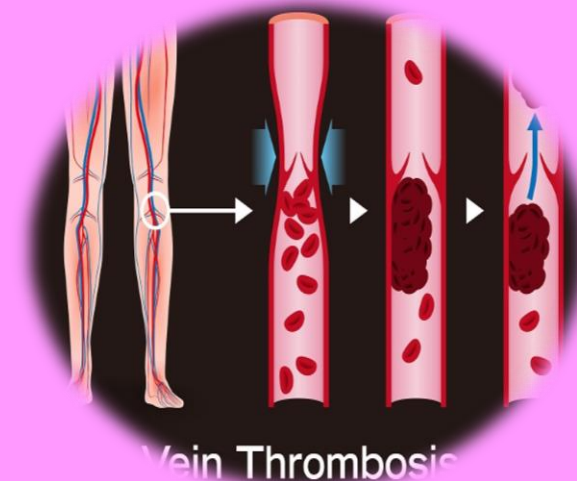


ترمبوز ورید عمقی



واحد آموزش سلامت

بیمارستان سردار سلیمانی

بیمارستان شهید سلیمانی

<https://soleimany-hosp.umsha.ac.ir>

۰۸۱-۳۴۹۴۷۷۰۱-۷ داخلی ۳۵۷

ترمبوز ورید عمقی:

به معنای تشکیل لخته خونی در دیواره داخلی یک سیاهرگ عمقی معمولاً در پشت ساق پا جلوی ران به وجود می‌آید. با تشکیل لخته خون و افزایش حجم آن سیاهرگها، ممکن است مسدود شود. اگر لخته خون جدا شده و به مویرگهای ریه برسد میتواند بیماری کشنده آمبولی ریه (مسدود شدن رگهای ریه) را ایجاد کند.

علت ترمبوز ورید عمقی:

پس از اعمال جراحی به ویژه جراحیهای ارتوپدی، بی حرکتی، ماه اول پس از زایمان استفاده از ضدبارداریهای خوراکی به صورت طولانی مدت، طولانی شدن استراحت مطلق، آسیب طناب نخاعی، سکنه مغزی، نشستهای طولانی مدت یا مسافرت طولانی، افزایش سن، چاقی، داروهای بیهوشی، واریس، سیگار کشیدن، سابقه قبلی ترمبوز وریدی، افزایش غلظت خون ناشی از کم آبی بعد از جراحی

علائم و نشانه ها:

بسیاری افراد با وجود داشتن ترمبوز سیاهرگی عمقی، هیچگونه علامتی ندارند، اما سایرین ممکن است علائم و نشانه های زیر را بروز دهند:

- ✓ تغییر دما به صورت گرمی و تغییر رنگ پوست به صورت قرمزی در ناحیه
- ✓ احتمال خیز محیطی
- ✓ درد اندام درگیر که ممکن است مبهم یا شدید باشد.
- ✓ حساسیت در مسیر سیاهرگ درگیر به هنگام لمس عمیق
- ✓ احتمال سیانوز که کمتر دیده میشود.
- ✓ اتساع سیاهرگی سطحی که نادر است
- ✓ خستگی و احساس ناخوشی تب خفیف

تشخیصی:

بر اساس معاینه و شرح حال بیمار (سابقه داروهای مصرفی، سابقه جراحی اخیر...) و همچنین تست های آزمایشگاهی و سونوگرافی اندام تحتانی می باشد.

درمان:

- ❖ استراحت در بستر و بالا آوردن پاها باشد (استراحت مطلق که مدت زمان آن به نظر پزشک معالج بستگی دارد)

❖ درمان دارویی (درمان با ضد انعقاد های

تجزیاتی و خوراکی مانند، هپارین، ریبواروکسابان، کلگزان، و وارفارین می باشد. مصرف ضد انعقاد خوراکی ممکن است به مدت ۶ ماه بیشتر لازم باشد).

❖ در نهایت روش جراحی

❖ استفاده از جوراب واریس یا باند کشی، جهت کاهش درد از مسکن های تجویز شده توسط پزشک استفاده می شود. در صورتی که درمان به موقع صورت گیرد پیش آگهی بیماری خوب است.

رژیم غذایی:

- ۱) دریافت مایعات ۶-۸ لیوان در روز
- ۲) استفاده از ملین ها جهت جلوگیری از یبوست (زیر نظر متخصص تغذیه)
- ۳) مصرف ویتامین سی (مرکبات، گوجه فرنگی انواع کلسیم ها، و مصرف انواع حبوبات) (زیر نظر متخصص تغذیه)
- ۴) با توجه به مصرف وارفارین در درمان ترمبوز از مصرف غذاهایی حاوی ویتامین k با توجه به کاهش اثر وارفارین خودداری شود.

نکات آموزشی:

- وزن خود را کم کنید. این امر تشکیل لخته را کم می کند.
- داروها را هرگز خودسرانه قطع و وصل نکنید.
- در صورت بالا بودن فشار خون و عدم کنترل آن از مصرف وارفارین خودداری کنید و با پزشک معالج خود مشورت کنید.
- از ایستادن و نشستن طولانی مدت خودداری کنید.
- از پوشیدن لباس تنگ و کمربند خودداری کنید.
- آزمایشات PT-INR به طور منظم انجام دهید.
- در صورت استفاده از جوراب های واریس جوراب ها بدون تاخوردگی و چروکیدگی پوشیده شود هنگام خواب جوراب را در آورید و قبل از برخاستن از بستر آن را بپوشید.
- جوراب ها را حداقل دو بار در روز برای مدت کوتاهی از پا خارج کنید و پوست پا را از نظر آزرده گی، حساسیت، درد و تورم کنترل کنید.
- در صورت ایجاد بریدگی در دست و پاها اندام ها بالاتر از سطح قلب قرار دهید و مدت ۱۰ دقیقه روی محل فشار دهید.
- از ماساژ دادن اندام مبتلا خودداری کنید.
- در طول درمان با قرار دادن دو بالش زیر اندام مبتلا آن را بالاتر از سطح قلب قرار دهید.

- بعد از ترخیص فعالیت های روزانه و ورزش هایی منظم مانند پیاده روی توصیه می گردد.
- از مصرف خوسرانه داروهایی مانند آسپرین، آنتی اسیدها، مسهل ها، آنتی بیوتیکها و داروهایی ضد سرما خوردگی، ضد بار داری خوراکی که اثر وارفارین را کاهش می دهد خودداری کنید.
- در صورت بروز خونریزی از لثه، خلط خونی، خون در ادرار، مدفوع قرمز رنگ، کبودی پوست، تهوع و استفراغ به پزشک مراجعه کنید

با آروزی سلامتی شما