



آموزش به بیمار

لخته سیاهرگ های عمقی (DVT)



بیمارستان فوق تخصصی دکتر علی شریعتی
مدیریت پرستاری
واحد آموزش سلامت

تغییر سبک زندگی، کاهش وزن و ترک سیگار.
ورزش منظم خطر ابتلا به لخته شدن خون را
کاهش می دهد، که مخصوصا برای افرادی که به
اندازه کافی نشسته اند یا به طور مرتب مسافرت
می کنند اهمیت دارد.

استفاده از جورابهای الاستیک فشارنده برای
افرادی که طولانی مدت می ایستند، توصیه می
شود.

منبع: www.uptodate.com

در صورت نیاز به توضیحات بیشتر، می توانید با کلینیک پرستاری
آموزش سلامت از ساعت ۱۳-۸ تماس حاصل فرمایید.
۰۵۱۳۵۰۷۲۱۷۱



برای اطلاعات بیشتر با تلفن همراه بارکد زیر را اسکن کنید.



هپارین به طور معمول به صورت داخل رگی داده
میشود. سایر رقیق کننده های خون مشابه مانند
انوکسپارین تحت تزریق داخل پوست قرار می
گیرند. پس از آن قرص های نظیر وارفارین و یا
آکسابین شروع می شود

اگر شما وارفارین را مصرف می کنید، نیاز به آزمایش
خون دوره ای خواهید داشت تا مدت زمان لخته
شدن خونتان را چک کند (در صورت مصرف آکسابین
نیاز به انجام آزمایش نمی باشد). زنان باردار نباید از
داروهای خاص ضد انعقاد خون استفاده کنند

توصیه هایی برای پیشگیری

اجتناب از نشستن زیاد. اگر جراحی داشته اید یا به
دلایل دیگر در رختخواب بایدهمانید، سعی کنید در
اسرع وقت حرکت کنید. اگر شما در حال سفر
طولانی با ماشین هستید، هر ساعت یا بیشتر متوقف
کنید و راه بروید.

اگر شما در یک هواپیما هستید، گاهی اوقات ایستاده
با پیاده روی کنید. اگر نمیتوانید این کار را انجام

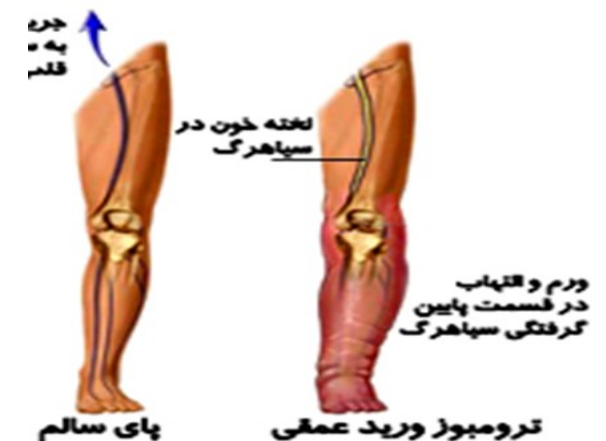
مددجوی عزیز

مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیمارتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید.



بیماری لخته سیاهرگ های عمقی

لخته سیاهرگ های عمقی زمانی رخ می دهد که خون در سطح لایه های داخلی سیاهرگ عمقی لخته میشود که معمولا در پاها اتفاق می افتد. این لخته ها خطرناک هستند به این دلیل که ممکن است شکسته شوند و وارد جریان خون شده ورگهای بزرگ (سرخرگ) به ویژه ریه را مسدود کنند.



چه کسی در معرض لخته سیاهرگ های عمقی قرار دارد؟

- بیشتر در افراد بالای ۵۰ سال رخ می دهد
- داشتن یک آسیب که رگهای شما مانند شکستگی استخوان را صدمه می زند
- داشتن اضافه وزن
- داشتن سابقه خانوادگی
- مصرف قرصهای ضدسرطانی یا تحت درمان هورمون است
- سیگار کشیدن
- نارسایی قلبی
- عمل جراحی (در عمل جراحی در اندامهای تحتانی)
- بارداری
- عدم تحرک

علائم ترومبوز ورید عمقی چیست؟

منطقه ای که خون لخته شده، ورم کرده قرمز و دردناک میشود. همچنین احتمال افزایش ورم وجود دارد. اگر لخته شکسته و وارد خون شود و به سمت ریه ها حرکت کند، دچار درد قفسه سینه، تنگی نفس خواهد شد. در صورت بروز چنین علایمی فوراً به پزشک خود اطلاع دهید و یا سریعاً اورژانس مراجعه کنید.

تشخیص

برای تشخیص لخته سیاهرگ های عمقی، پزشک شما از علائم شما سؤال خواهد کرد. پزشک ممکن است بسته به اینکه چطور احتمال ابتلا به لخته شدن خون وجود دارد، ممکن است آزمایشاتی را انجام دهد، از جمله:

سونوگرافی، آزمایش خون، MRI و سی تی اسکن

درمان

درمان با هدف جلوگیری از افزایش لخته شدن و ایجاد مسدود شدن رگهای ریوی می باشد.

گزینه های درمان عبارتند از:

رقیق کننده های خون در بیشتر موارد استفاده قرار می گیرد با ضد انعقاد، همچنین به عنوان رقیق کننده خون.

این داروها که می توانند به عنوان قرص ها و یا تزریقی باشند، توانایی خون را برای لخته شدن کاهش می دهند. آنها لخته های خون موجود را از بین نمی برند، اما می توانند از لخته شدن جلوگیری کنند و خطر ابتلا به لخته شدن را کاهش دهند