



**آموزش به بیمار**

## لخته سیاهرگ های عمقی (DVT)



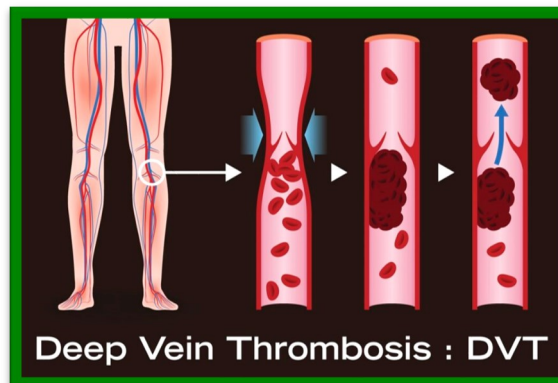
بیمارستان فوق تخصصی دکتر علی شریعتی

مدیریت پرستاری

واحد آموزش سلامت

♦ ورزش منظم خطر ابتلا به لخته شدن خون را کاهش می دهد.

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



منبع: [www.uptodate.com](http://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.



در زمان مصرف داروهای ضد انعقاد خون توجه به علائم خونریزی اهمیت دارد و آزمایش خون به صورت دوره ای باید انجام شود.

## مراقبت در منزل:

♦ اجتناب از نشستن زیاد. اگر جراحی داشته اید یا به دلایل دیگر باید در رختخواب بمانید، سعی کنید در اسرع وقت حرکت کنید.

♦ اگر شما در حال سفر طولانی با ماشین هستید، هر یک تا دو ساعت توقف کنید و راه بروید.

♦ اگر شما در یک هواپیما هستید، گاهی اوقات ایستاده یا پیاده روی کنید. اگر نمیتوانید این کار را انجام دهید، پای خود را حرکت و ورزش دهید

♦ کاهش وزن

♦ ترک سیگار

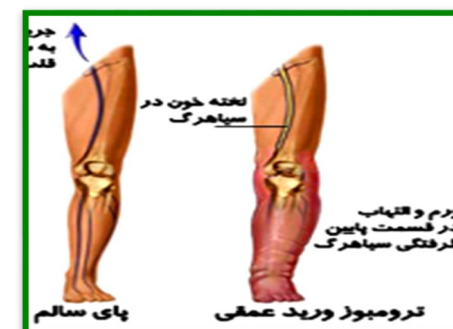
## مدهجوی عزیز

مطالب پیش روی ,محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیماری شما 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 .



## عوامل خطر:

- ◆ سن بالای ۵۰ سال
- ◆ شکستگی استخوان
- ◆ اضافه وزن
- ◆ داشتن سابقه خانوادگی
- ◆ مصرف قرص های هورمونی
- ◆ استعمال دخانیات
- ◆ نارسایی قلبی
- ◆ عمل جراحی(جراحی در اندامهای تحتانی)
- ◆ بارداری
- ◆ عدم تحرک

## علائم:

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 و سرفه خونی خواهید شد. در صورت بروز چنین علائمی فوراً به پزشک خود اطلاع دهید و یا به اورژانس مراجعه کنید.

## تشخیص:

- ◆ بررسی بالینی بیمار و گرفتن شرح حال
- ◆ سونوگرافی
- ◆ آزمایش خون
- ◆ MRI و سی تی اسکن

## درمان

درمان با هدف جلوگیری از مسدود شدن رگهای ریوی می باشد.  
رقیق کننده های خون در بیشتر موارد مورد استفاده قرار می گیرد که این داروها می توانند به شکل قرص و یا تزریقی باشند. آنها لخته های خون موجود را از بین نمی برند، اما از لخته شدن مجدد خون جلوگیری می کنند.(مانند داروی هپارین یا وارفارین).