



بیمارستان برکت امام خمینی (ره) میانه

ترمبوز وریدهای عمقی DVT

تهیه و تنظیم: پروانه نوروزی

کارشناس پرستاری

منبع: بروزر سوادارت ۲۰۱۸

سال تهیه ۱۳۹۷

سال بازنگری ۱۳۹۹

Barekat-Nc/c-Pam

واحد آموزش سلامت

تعریف بیماری

ترمبوز ورید عمقی زمانی رخ می دهد که خون در سطح لایه های داخلی وریدهای (سیاهرگ ها) عمقی لخته می شود که معمولاً این حالت در پاها اتفاق می افتد. این لخته ها خطرناک هستند به دلیل اینکه ممکن است شکسته شوند و وارد جریان خون شده و شریان های (سرخرگ ها) بزرگ و مهم به ویژه شریان های ریه را مسدود کنند و منجر به صدمه دائمی یا مرگ شوند. این اختلال اغلب موارد در خانم ها و در سنین بالای چهل سال رخ می دهد.

علل وقوع و عوامل ایجاد کننده بیماری:

ترمبوز ورید عمقی زمانی رخ می دهد که خون درون وریدهای عمقی پاها، آهسته تر از زمان معمول حرکت می کند یا زمانی که لایه داخلی سیاهرگ ها دچار آسیب شده باشد.

عوامل تاثیرگذار در بروز این اختلال:

- * به مدت طولانی در حالت نشسته بودن مثل پروازهای بیشتر از ۴ ساعت
- * صدمات مثل شکستگی لگن و ران
- * جراحی های بزرگ مثل جراحی های استخوان و مفاصل

- * محدودیت حرکتی یا ناتوانی در راه رفتن به دلیل بیماری و یا هرگونه مشکل سلامتی
- * بیماری ها از جمله برخی سرطان ها، بیماری های قلبی و واریس
- * برخی قرص ها از جمله قرصهای پیشگیری از بارداری
- * سیگار کشیدن، چاقی و حاملگی

علائم و نشانه ها:

- تقریباً نیمی از بیماران مبتلا به ترمبوز وریدهای عمقی تا زمانی که رگ های بزرگ و اصلی مسدود نشوند، هیچ علامتی ندارند در این موقعیت علائم به شرح زیر می باشد:
- * افزایش دمای پا، تورم به طرفه عضله پشت ساق پا، قوزک و ران و از قوزک به پایین
- * تب خفیف، درد در پاها، التهاب و قرمزی
- در صورت حرکت لخته به سمت سرخرگ های ریه و انسداد، تنها علائمی مثل تنگی نفس، درد قفسه سینه و سرفه خونی بروز می نماید.

تشخیص:

شرح حال، سونوگرافی، مقایسه دور هر دو ساق پا، آزمایشات، ونوگرافی (بررسی رگ های مشکوک)، سی تی اسکن

درمان:

- هدف از درمان * جلوگیری از بزرگتر شدن لخته
- * پیشگیری از حرکت لخته به سمت شریان های ریه و انسداد آنها
- * حل کردن لخته به کمک داروها و جلوگیری از ایجاد لخته جدید
- * تجویز داروهای ضدانعقاد (رقیق کننده خون) براساس نظر پزشک، کهداروهای مانند هپارین، کلگزان، و وارفارین
- * در مدتی که از داروهای ضدانعقاد استفاده می کنید به منظور بررسی اثر دارو باید آزمایشات (پلاکت و INR و PTT) به صورت منظم چک شود.
- * در مواردی که کلگزان استفاده می کنید نیاز به چک دوره ای آزمایشات نمی باشد.



توصیه:

- * پس از شروع درمان با داروهای ضدانعقاد، توصیه می شود به مدت حداقل دو هفته استراحت داشته باشید و در طول استراحت پاها را بالاتر از سطح بدن قرار دهید.
- * پس از گذراندن دوره حاد و زمانی که بیمار شروع به راه رفتن می کند باید جوراب های واریس بپوشد و شپها بیرون آورده شود و صبح ها قبل از خارج شدن از تخت و آویزان شدن پاها پوشیده شود.
- * پس از اتمام استراحت، توصیه می شود که راه رفتن را شروع کنید و از نشستن و ایستادن های طولانی بیشتر از ۲ ساعت پرهیز کنید.
- * در صورتی که بیمار داروهای ضدانعقاد جواب ندهد لخته از بین نرود، درمان جراحی مدنظر قرار می گیرد.
- * داروی ضدانعقاد را هر روز در زمان مشخص بین ساعت ۸ تا ۹ صبح مصرف کنید.
- * قبل از مصرف هر داروی جدید چه گیاهی و چه شیمیایی پزشک خود را مطلع سازید.
- * در صورتی که وارفارین مصرف می کنید غذاهای حاوی ویتامین کا مانند سبزیجات برگ سبز تیره مثل اسفناج و کاهو مصرف نکنید.

- * در صورت مشاهده علائمی مثل ضعف، سردرد، سرگیجه، درد شدید معده، ادرار قرمز یا قهوه ای رنگ، خونریزی از بینی و لثه، مدفوع سیاه رنگ، عدم توقف خونریزی از بریدگی و زخم ها اطلاع دهید.
- * قبل از انجام هرگونه اقدام پزشکی یا دندانپزشکی پزشک خود را در جریان داروهای مصرفی قرار دهید.
- * در صورتی که اخیراً تحت درمان قرار گرفته اید از ماساژ پاها خودداری کنید.
- * آزمایشات خود را صورت دوره ای به صورت منظم طبق دستور پزشک انجام دهید.
- پیشگیری:**
- * برای مدت طولانی از نشستن خودداری کنید. هنگامی که در حال مسافرت هستید گاهگاهی پایتان را حرکت دهید.
- * در صورت امکان، روزانه پیاده روی کوتاه مدت داشته باشید.
- * در هنگام خواب، پاها را بالاتر از سطح بدن قرار دهید تا برگشت خون از رگها آسان تر شود.
- * ورزش های پا برای جلوگیری از تجمع خون در پاها کمک کننده است.