

به نام خدا

بیمار گرامی :

هدف از ارائه ی این پمفلت آموزشی آشنایی شما با بیماریتان علایم، درمان و همچنین چگونگی پیشگیری است، تا از ابتلای مجدد جلوگیری شود.

آیا می دانید؟

تشکیل لخته در سیاهرگ های عمقی در بیش از ۵۰ درصد از بیمارانی که جراحی لگن یا زانو دارند و در ۱۰ تا ۴۰ درصد از بیمارانی که جراحی شکمی یا سینه ای دارند ایجاد می شود

آیا می دانید؟

مهمترین نتیجه ایجاد لخته در پاها، آمبولیریه است

آیا می دانید؟

آمبولی ریه پس از سکته قلبی و مغزی سومین علت شایع مرگ در جهان است

آیا می دانید

هر روز تعداد زیادی از بیماران به دلیل راه نرفتن پس از جراحی یا استراحت مطلق در بیمارستان دچار (ترومبوز ورید های عمقی) DVT می شوند و هر لحظه احتمال آمبولی ریه و مرگ آنها وجود دارد.

نوجه: کم تحرکی از مهمترین عوامل

یجاد ترومبوز ورید های عمقی است

عوامل موثر بر بروز ترومبوز ورید های عمقی:

- کم تحرکی
- چاقی
- خانم های باردار
- سالمندان
- مبتلایان به بیماری قلبی
- خانم هایی که از قرص پیشگیری از بارداری استفاده می کنند
- سابقه خانوادگی
- مصرف دخانیات
- سن بالای ۴۰ سال



در بیماری DVT تورم معمولاً در یک پا و به ندرت در هر دو پا ایجاد می شود.

کلینیک درمان واریس | دکتر مهرداد اقدسی

علائم و نشانه ها:

- درد در پاها.
- التهاب و قرمزی، برجسته شدن رگ های سطحی پا.
- تب و لرز.
- حساسیت اندام مبتلا در لمس.
- افزایش دمای پا.
- تورم یک طرف عضله پشت ساق پا، قوزک، ران و از قوزک به پایین

سفتی و سردی اندام میتواند نشانه

پیشرفت بیماری باشد.

تشخیص:

پزشک در مورد علایم و نشانه ها و هم-چنین سابقه بیماری ها و داروهایی که مصرف می کنید از شما سوالاتی می پرسد، شما را معاینه می کند و دور ساق هر دو پا را با هم مقایسه می کند؛ علاوه بر این یک سری آزمایشات و بررسی ها برای تأیید تشخیص انجام می شود مثل سونوگرافی، ونوگرافی (بررسی ورید های مشکوک) و سی تی اسکن (وضعیت خون رسانی به ریه را بررسی می کند).



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

بیمارستان دکتر علی شریعتی

ترومبوز وریدهای عمقی

DVT

منبع: درسنامه مراقبتهای پرستاری در اختلالات قلبی و عروقی سیما زهری-ملاحات نیک روان



- انجام تمرینات ورزشی سبک در صورت استراحت در تخت مثل خم کردن کف پا به عقب مفید است.
- در صورت وجود درد و تورم و قرمزی و گرمی و حساسیت اندام مبتلا در لمس هرچه سریع‌تر به پزشک معالج مراجعه کنید.

درمان DVT چیست؟

-زمانی که برای یک فرد تشخیص DVT داده می‌شود، باید درمان ضد انعقاد شروع شود و دارویی به نام هپارین تجویز میشود که به صورت تزریقی بوده، اما داروی وارفارین نیز اغلب در دوره درمان و بعد از آن نیز تجویز خواهد شد.* استفاده از جوراب واریس * ورزشهای مناسب با شرایط بیمار

واحد ارتقا سلامت بیمارستان دکتر شریعتی نرسیده به ماهداشت کرج

گروه هدف: کلیه مراجعین

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۲۶۳۷۳۰۵۰۱

تهیه: شهریور ۹۷ و بازنگری ۱۴۰۳

چگونه از ایجاد لخته خصوصاً بعد از جراحی پیشگیری کنیم؟

-برای جلوگیری از لخته شدن خون در رگ های عمقی بعد از جراحی، باید تا زمانی که اجازه راه رفتن ندارید، دست ها و پاهای خود را در تخت حرکت دهید .
-معمولاً روز بعد از جراحی به شما اجازه خروج از تخت داده می‌شود، برای جلوگیری از ایجاد لخته در رگ ها حتماً باید راه بروید
-راه رفتن به معنای حرکت از مکانی به مکان دیگر و قدم زدن است و نشستن روی صندلی راه رفتن محسوب نمی‌شود .
-ابتدا کنار تخت بنشینید و پاها را از تخت آویزان کنید، اگر احساس سرگیجه نداشتید می‌توانید از تخت پایین بیایید
-اگر سرگیجه داشتید به پرستار اطلاع دهید تا پس از کنترل فشارخون شما به شما اجازه راه رفتن بدهد.

خود مراقبتی :

- مواد غذایی سرشار از پروتئین ترجیحاً پروتئین‌های گیاهی مصرف نمایید .

از مصرف زیاد مواد غذایی حاوی نمک گوشت و لبنیات پرچربی خودداری کنید