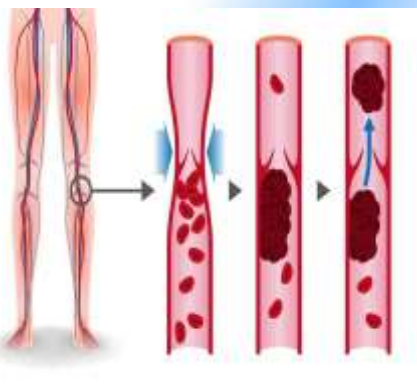




ترومبوز وریدهای عمقی (DVT)

گروه هدف: بیمار و خانواده



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با تهیه و تأیید: دکتر یزدی (متخصص داخلی - استادیار دانشگاه)

زمستان ۱۴۰۳

لازم است دارو با جراحی تجویز شود که لخته را حل کنند یا بیرون بکشند.

چه کاری می توانم برای پیشگیری از لخته ها انجام دهم؟

در برخی موارد افراد به علت بی حرکتی طولانی دچار ترومبوز وریدهای عمقی می شوند برای مثال افرادی که با پروازهای طولانی یا مسیراهای ماشین طولانی مسافرت می کنند در معرض ترومبوز هستند.

چند توصیه برای پیشگیری از لخته در سفرهای طولانی

- هر یک تا دو ساعت بایستید و راه بروید.
- قبل و حین سفر سیگار نکشید.
- لباس های راحت و گشاد بپوشید.
- وقتی نشسته هستید مرتب تغییر وضعیت دهید (پاهای خود را تکان دهید).
- جوراب های کشی تا بالای زانو بپوشید.
- از مصرف الکل و داروهای خواب آور خودداری کنید زیرا این داروها ممکن است مانع از تحرک شما شوند.

آیا می توانم طی مدت درمان راه بروم؟

زمانی که داروی ضدلخته شروع شده باشد و علائم درد و تورم کنترل شده باشد قویا به شما توصیه می کنیم که مرتب راه بروید.

مطالعات نشان می دهد که راه رفتن ریسک عوارض (مانند آمبولی ریه) را افزایش نمی دهد و در عوض راه رفتن به شما کمک می کند سریع تر بهبود یابید. البته حتما از پزشک خود در مورد مجوز راه رفتن سوال کنید.

منبع:

WWW.UPTODATE

- اگر یک دوز را فراموش کردید با پزشک تماس بگیرید تا مطلع شوید چه اقدامی باید انجام دهید.
- همچنین وقتی شروع به مصرف دارو می کنید ممکن است نیاز به انجام آزمایش خون پیدا کنید برای مثال در مورد وارفارین نیاز به انجام تست های منظم هست.
- به آموزش های پزشکتان در مورد رژیم غذایی و داروهایتان توجه کنید. نسبت به این که چه دارویی برای شما تجویز می شود ممکن است نیاز باشد به آنچه می خورید، توجه کنید. همچنین برخی داروهای دیگر ممکن است با داروهای ضدلخته شما تداخل داشته باشند پس در صورت تجویز داروی جدید برای شما حتما با پزشک خود مشورت کنید.

مراقب نشانه های خونریزی باشید:

خونریزی غیر طبیعی خطری است که در مورد همه انواع داروهای ضدلخته وجود دارد. پس مهم است که از هرگونه آسیب دوری کنید و در صورت نشانه های خونریزی بلافاصله مراجعه نمایید. این نشانه ها می تواند به صورت خونریزی از دهان یا مقعد، مدفوع سیاه قیری، خونریزی از بینی، ادرار خونی یا سیاه، کاهش هوشیاری، سرگیجه، سردرد شدید، نشانه های نقص حرکتی اندام ها، اختلال بینایی، اختلال در راه رفتن، کبودی های بسیار بزرگی که تورم شدید در پوست ایجاد کنند یا هرگونه خونریزی که متوقف نشود باشد. در صورت نیاز به هرگونه جراحی یا اقدامات دندانپزشکی حتما به جراح یا دندانپزشک خود در مورد مصرف داروهای ضدلخته اطلاع دهید.

در برخی موارد لخته آنقدر بزرگ است که به علت عدم خونرسانی به اندام، گانگرن ایجاد می شود. در چنین مواردی

ترومبوز وریدهای عمقی یک واژه پزشکی است که به لخته خون وریدهای عمقی یا اشاره می کند. این بیماری می تواند خطرناک باشد.

زمانی که لخته خون درون یک رگ شکل می گیرد می تواند آن رگ را مسدود کرده و مانع از جریان خون به سمت قسمت های دیگر شود. وقتی این اتفاق در یکی از وریدهای عمقی پا رخ می دهد خون پس زده و موجب تورم و درد می شود.

مشکل دیگر این است که لخته ها می توانند به سمت بخش های دیگر بدن جابجا شوند و عروق آنجا را مسدود کنند. برای مثال لخته ای که در پا شکل می گیرد می تواند منجر به مسدود شدن عروق ریه شود. این اتفاق موجب سختی در تنفس شده و گاه اگر لخته بزرگ باشد منجر به مرگ شود. زمانی که لخته خون به ریه می رود پزشکان آن را آمبولی ریه می نامند.

گاهی هم ترومبوز به جای پا در اندام فوقانی رخ می دهد که ناشایع تر است.

علائم ترومبوز ورید های عمقی چیست؟

ترومبوز می تواند موجب علائم زیر در اندام درگیر شود:

تورم، درد، گرمی و قرمزی
گاهی لخته در وریدهایی رخ می دهد که به سطح پوست نزدیک ترند. این وریدها، وریدهای سطحی نام دارند. این نوع از لخته ها موجب علائم متفاوتی می شوند: دردناک تر هستند و می توانند موجب قرمزی یا عفونت شوند. همچنین این لخته ها می توانند موجب سفت شدن و برجسته شدن وریدها شوند به گونه ای که شبیه طناب به نظر برسند.

در صورتی که فکر می کنید دچار لخته در پا شده اید بلافاصله با پزشک یا پرستار خود تماس بگیرید. پزشک یا پرستار شما می توانند بررسی هایی انجام دهند که مشخص می کند شما لخته ای که نیازمند درمان باشد دارید یا نه.

علائم لخته خون در وریدها چیست؟

لخته خون در وریدها می تواند موجب:

- تنگی نفس، نفس زدن یا مشکل در تنفس
- درد خنجری قفسه سینه هنگام نفس کشیدن یا زور زدن
- سرفه یا خلط خونی
- ضربان قلب سریع شود.

در صورتی که دچار هریک از این علائم شدید به ویژه اگر ناگهانی و طی مدت کوتاهی (چند ساعت یا چند روز) باشد یا به سرعت علائم تشدید شوند با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید. لخته در ریه می تواند منجر به مرگ شود برای همین باید به سرعت دست به کار شوید.

درمان

ترومبوز ورید عمقی با استفاده از داروهایی که مانع از بزرگتر شدن لخته و جابجایی آن به سمت ریه می شود درمان می گردد. این داروها، آنتی کوآگولان (ضدلخته) یا رقیق کننده خون نام دارند. (هرچند این داروها در واقع خون را رقیق نمی کنند).

برخی از رقیق کننده های خون، تزریقی و برخی نیز به صورت قرص هستند. ترومبوز وریدهای عمقی معمولاً ابتدا در بیمارستان درمان می شود.

اگر مبتلا به لخته شده باشید، پزشک یکی از این داروها را برای شما تجویز می کند تا از خطر بروز لخته های بیشتر در آینده پیشگیری کند. شما باید به مدت حداقل سه ماه (و گاه طولانی تر) استفاده کنید.

برخی بیماران ابتدا به مدت چند روز با یک داروی تزریقی به نام هپارین درمان می شوند که اگر بیمار به هر دلیل نتواند قرص مصرف کند این مدت طولانی تر هم خواهد بود.

این داروها لخته فعلی را حل نمی کنند ولی مانع بزرگتر شدن آن می شوند همچنین از تشکیل لخته جدید پیشگیری می کنند. مصرف دارو برای مدت کافی باعث می شود بدن فرصت کند لخته را حل کند. همچنین از آنجا که بیمارانی که دچار لخته شده باشند بویژه در ماههای اول در خطر بروز لخته دیگر هم هستند، مهم است که دارو به مدت کافی ادامه یابد.

داروهای خوراکی مختلفی وجود دارند که شامل آپیکسابان، دابیگاتران، ادوکسابان، ریواروکسابان و وارفارین می باشند. هر دارو، دوز متفاوتی دارد. در صورتی که یکی از این داروها برای شما تجویز شده به نکات مهم زیر توجه فرمائید.

- دارو را دقیقاً به شکلی که پزشک شما تجویز کرده مصرف نمائید.