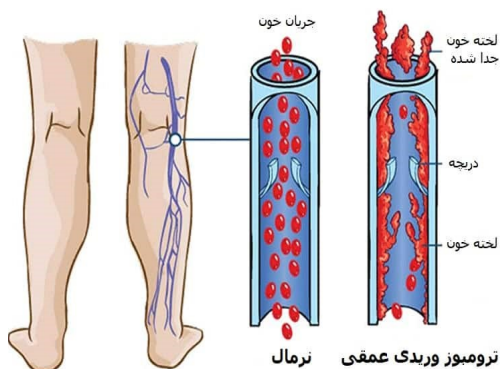




مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی پیامبر اعظم (ص)
بندرعباس

تشکیل لخته در ورید های عمقی



شناسنامه پمفلت آموزشی کد: P.E:1401/07/30-0073

عنوان	تشکیل لخته در وریدهای عمقی (DVT)
تهیه کننده	سپیده مهدی نژاد
تأیید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال بازنگری	۱۴۰۴/۰۱/۱۵
ناظر کیفی: سوپروایزر آموزش سلامت	
تأیید کننده علمی: آقای دکتر محمدرضا اوزی - فوق تخصص بیماری های خون و انکولوژی	

توصیه هایی برای جلوگیری از DVT:

- فعالیت فیزیکی خود را حفظ کنید و اگر مجبور به نشستن طولانی مدت بر روی صندلی هستید گاهی از روی صندلی بلند شوید و قدم بزنید.
- ورزش منظم شامل پیاده روی، شنا، نرمش و ... انجام دهید.
- خود داری از مسافرت طولانی: در صورت مسافرت طولانی عضلات پاهایتان را حرکت و ورزش دهید.
- استفاده از جوراب های الاستیک فشارنده برای افرادی که طولانی مدت می ایستند.
- پرهیز از مصرف هورمون ها بدون تجویز پزشک
- ترک سیگار
- رژیم غذایی سالم و متعادل
- حفظ وزن مناسب یا در صورت چاقی، کاهش وزن
- اجتناب از پوشیدن لباس تنگ مانند بند جوراب، کمربند، جوراب خیلی تنگ
- اجتناب از آسیب و یا ماساژ نواحی مستعد تشکیل ترومبوز به منظور کاهش خطر آمبولی ریوی
- اجتناب از مصرف الکل
- در صورت داشتن خونریزی از بینی، لثه، داشتن خلط خونی، کبودی در نواحی مختلف بدن دارو را قطع و به پزشک مراجعه کنید.

”سلامت و تندرست باشید“

منبع: مترجم محمد علیها، ژاله، درسنامه پرستاری داخلی جراحی (بیماری های خون) برونر و سودارث ۲۰۱۸، انتشارات جامعه نگر، ویراست چهاردهم، چاپ ششم ۱۴۰۰



داروهای مورد استفاده در D.V.T کدامند؟

مهمترین داروها، داروهای ضد انعقاد و یا رقیق کننده های خون هستند که از ایجاد لخته در عروق جلوگیری کرده و همچنین رشد لخته های ایجاد شده را کاهش می دهند. از جمله این داروهای ضد انعقادی هپارین، وارفارین، ریواروکسابان، آپیکسابان می باشد.



سایر درمان ها:

فیلتر وریدهای بزرگ: در زمانی که نمی توان داروهای رقیق کننده خون دریافت نمود و یا علیرغم دریافت این مواد، تشکیل لخته همچنان ادامه داشته باشد استفاده می شود. این فیلتر، جلوی لخته ها را می گیرد و از حرکت آن ها به سمت ریه ممانعت می کند.



تشکیل لخته در وریدهای عمقی پا به ویژه ساق پا را DVT می

گویند. ترومبو فلپیت به دو صورت بروز می کند:

- سطحی
- عمقی

سطحی: ترومبو فلپیت های سطحی در وریدهایی ایجاد می شوند که تنها در زیر پوست قابل رویت هستند. منطقه ای که دچار ترومبو فلپیت شده است معمولا قرمز شده، حساس می شود و هنگام لمس گرم و دردناک است.



عمقی: ترومبوز وریدهای عمقی یا DVT بسیار خطرناک از نوعی سطحی است. افراد نمی توانند ترومبو فلپیت عمقی را ببینند یا آن را احساس کنند. بیشتر در اندام های تحتانی ایجاد می شود. درد و تورم پا و گرمی در لمس ناحیه مبتلا و نیز تب ممکن است وجود داشته باشد به خصوص اگر عوامل خطرزای آن در فرد وجود داشته باشد.



آمبولی ریه، نوعی بیماری کشنده است و نتیجه ترومبوز وریدهای عمقی یا DVT است که به دنبال تشکیل لخته خون در عروق و حرکت آن به وریدهای بالاتر مثل ریه، باعث مسدود شدن جریان خون شده و موجب تنگی نفس، تند شدن ضربان قلب، درد قفسه سینه و یا کاهش فشار خون و شوک می شود.



چرا لخته خون ایجاد می شود؟

توقف خون در اندام ها، خرابی دیواره رگ ها، بیماری های انعقادی سه عامل اصلی برای ایجاد و تشکیل لخته در پا است.

عوامل دیگر:

- سن (سن بالا)
- جراحی های بزرگ (به خصوص جراحی های لگن)
- بستری شدن طولانی
- سرطان ها (به ویژه سرطان دستگاه گوارش و سرطان پانکراس و لوزالمعده)
- چاقی
- مسافرت های طولانی چه با هواپیما و چه با اتومبیل، در پروازهای هوایی بیش از ۳ ساعت احتمال تشکیل لخته بیشتر می شود.
- تصادفات و ضربه ها
- واریس
- بیماری های قلبی و دریچه مصنوعی
- التهاب و عفونت های پرده های قلب
- هورمون ها: هورمون های زنانه مثل قرص های ضد بارداری
- دستکاری وریدها (وارد کردن لوله های پلاستیکی به بدن بیمار به دلایل مختلف از جمله تزریق طولانی مدت سرم و مواد غذایی)
- بیماری های انعقادی (افزایش عوامل انعقادی خون که به دلایل مختلف از جمله غلیظ بودن خون پیش می آید و در افراد سیگاری نیز شایع تر است).



در صورت تشکیل لخته چه علائمی پیدا می کنید؟

منطقه ای که خون لخته شده ورم کرده، قرمز و دردناک می شود. اگر لخته شکسته و خون رها شود و به سمت ریه ها حرکت کند، دچار درد قفسه سینه، تنگی نفس خواهید شد. در صورت بروز چنین علائمی فوراً به پزشک خود اطلاع دهید و یا سریعاً به مرکز اورژانس مراجعه کنید.



تشخیص: علاوه بر علائم و معاینه توسط پزشک، سونوگرافی داپلر (استفاده از امواج صوتی برای مشاهده لخته خون در ورید)، سی تی اسکن و یا MRI برای مشاهده عروق خونی، آزمایش خون یا سونوگرافی (استفاده از تزریق ماده حاجب برای مشاهده رگها).

