

DVT:

DVT یا ترومبوز وریدهای عمقی، ایجاد لخته در سیاهرگ های عمقی می باشد.

این بیماری در اثر تشکیل لخته خون در یک سیاهرگ عمقی (معمولا پشت ساق پا یا جلوی ران) به وجود می آید.

عامل افزایش دهنده خطر در بروز این بیماری:

استراحت طولانی مدت در بستر و وجود وریدهای واریسی

افراد چاق و سالمند، شکستگی لگن و پا

جراحی های اخیر (به خصوص جراحی مفصل ران و زانو) و زایمان در ۶ ماه گذشته

سابقه خانوادگی ابتلا به DVT

اختلالاتی چون نارسائی قلبی، سکنه مغزی پلی سایتمی (افزایش غلظت خون) و سرطان و اختلالات خود ایمنی مانند لوپوس

استفاده از استروژن موجود در قرص های ضد بارداری-خوراکی یا برای جایگزینی پس از یائسگی (این امر به ویژه در صورت استفاده از استروژن همراه با سیگار کشیدن خطرناک است)

حوادث و سانحه و آسیب به اعضا

علائم بیماری شامل:

- ناحیه متورم در پاها
- درد یا حساسیت در پا (به خصوص دردی که در زمان راه رفتن یا ایستادن احساس شود)
- افزایش گرما در ناحیه ای از پا که متورم یا دردناک است.
- پوست قرمز یا رنگ پریده

درمان غیر جراحی:

- استراحت و بالا قرار دادن اندام مبتلا (عضو مبتلا را بیش از حد تکان ندهید و راه نروید)
- تجویز داروهای ضد انعقاد (هپارین، وارفارین) جهت جلوگیری از ایجاد لخته جدید و بزرگ شدن لخته قبلی
- تزریق داروهای حل کننده لخته (تجویز پزشک)
- استفاده از جوراب های ضد واریس

درمان جراحی:

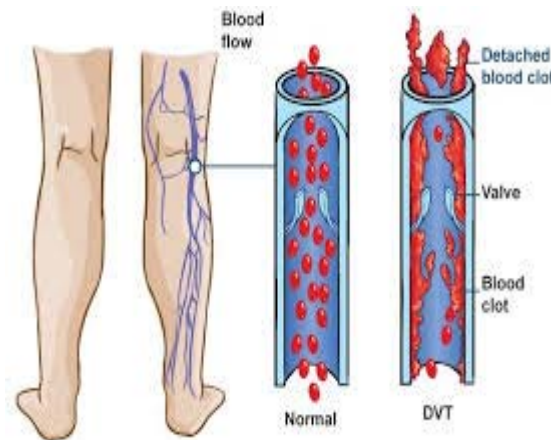
- قرار دادن یک فیلتر در یکی از سیاهرگ های بزرگ، برای پیشگیری از اینکه لخته وارد ریه شود.
- بیرون کشیدن لخته
- آنژیوپلاستی به وسیله بالون و گذاشتن استنت

در حین درمان، در صورت بروز هر یک از علائم زیر به پزشک خود اطلاع دهید:

- درد قفسه سینه و سرفه خونی و مشکلات تنفسی
- غش و از دست دادن هوشیاری، سرگیجه
- درد شدید شکم و مدفوع سیاه یا هر نوع خونریزی غیر معمول

رژیم غذایی:

- مواد غذایی سرشار از پروتئین ترجیحا پروتئین های گیاهی (عدس، سویا، نان گندم، غلات، حبوبات، مغزها یا گردو و بادام) مصرف نمائید.
- ویتامین B (مخمر، شیر، گوشت، حبوبات) استفاده کنید.
- مصرف ویتامین C (مرکبات، توت فرنگی، تمشک، آناناس، گل کلم، گوجه فرنگی و ...) تاکید می شود.
- روغن ماهی، دانه آفتابگردان، کنجد، چای سبز نیز در رفیق کردن خون موثر هستند.
- از مصرف زیاد مواد غذایی حاوی نمک، گوشت و لبنیات پر چربی، کره، سر شیرو نارگیل خود داری شود.





DVT

ویژه بیماران



منبع:

برونر سودارث / قلب ۲۰۱۷

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۰۶/۲۲

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۵/۰۶/۲۲

ID:SH-PE-Pa/۸۵-۰۱-۰۲/۱۰

خود مراقبتی:

از ایستادن یا نشستن طولانی پرهیز نمائید.

در صورتیکه ضرورت دارد برای مدت طولانی بایستید یا بنشینید از جوراب های کشی محکم که به عروق پا فشار وارد کرده و مانع تجمع خون در پاها میشود استفاده کنید. (استفاده از جوراب های ضد واریس)

پیش از انجام هورمون درمانی (استفاده از داروهای استروژن و ضد بارداری) با پزشک خود مشورت کنید.

پس از هرگونه اقدام یا در طی هرگونه بیماری زمین گیرکننده، پاها را در تخت حرکت دهید و پاها را بالاتر از سطح قلب قرار دهید.

در مسافرت های طولانی با اتومبیل یا هواپیما، حداقل هر ۲-۱ ساعت پاهای خود را حرکت دهید.

در صورت بروز خونریزی از بینی و خلط خونی، وجود خون در ادرار، مدفوع قرمز یا قیری رنگ، خونریزی طولانی از محل های بریدگی، خونریزی قاعدگی زیاد، کبودی روی پوست، لرز و تهوع پزشک را در جریان قرار دهید.

بالارفتن از پله ها بجای استفاده از آسانسور

در صورت نیاز به جراحی دندان پزشک خود را مطلع کنید.

بدون نظارت پزشک معالج داروهای ضد انعقاد را قطع نکنید.

واحد آموزش به بیمار بیمارستان ساسان

آدرس: تهران - بلوار کشاورز - شماره ۴۳

تلفن: ۸۹-۸۸۹۶۵۱۷۰ داخلی ۷۳۹

info@sasanhospital.com

نکاتی در مورد داروهای ضد انعقاد:

- در صورتیکه از وارفارین یا هپارین استفاده می کنید به موارد ذیل توجه فرمائید:
 - در صورت نیاز به جای استفاده از تیغ از ریش تراش برقی استفاده نمائید.
 - از مسواک نرم استفاده نمائید.
 - از انجام تزریقات عضلانی و یزر جلدی تا حد امکان اجتناب شود.
 - در صورت نیاز به تزریقات، محل آن را به مدت ده دقیقه فشار دهید.
 - بیماران تحت درمان با ضد انعقادها نیاز به انجام آزمایشات INR-PT دارند که پزشک معالج درخواست می کند.
 - داروی ضد انعقاد را هر روز سر ساعت ۸-۹ صبح مصرف کنید. و در برگه ای بنویسید که داروی ضد انعقاد مصرف میکنید و آن را همراه داشته باشید.

