

ترومبوز ورید های عمقی (DVT)

عبارت است از بیماری که طی آن یک لخته خون در یک ورید تشکیل می شود و ممکن است باعث محدودیت جریان خون در ورید و در نتیجه درد و تورم شود این پروسه به طور شایع در وریدهای عمقی پا، ران و لگن ایجاد می شود که به آن ترومبوز وریدهای عمقی گفته می شود .

عوامل افزایش دهنده خطر:

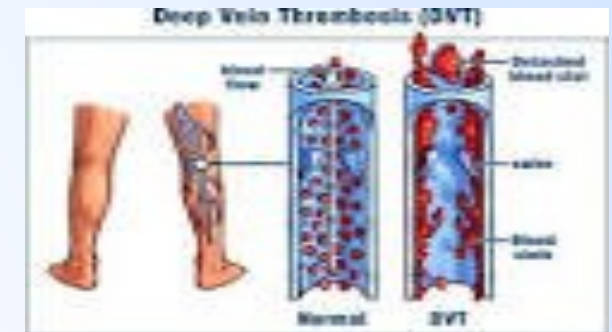
(۱) اختلال ژنتیکی

(۲) حاملگی، چاقی، سیگار، نارسایی قلبی، سابقه قبل

ترومبوز آمبولی

(۳) داروهای پیشگیری از بارداری سن بالا، بدخیمی ها، مشکلات کلیوی مثل دفع پروتئین از کلیه

(۳) جراحی و بی تحرکی بعد از آن خطر بروز لخته خون را زیاد می کند.



محل های درد و علائم آن

۱. تورم، درد، گرمی، قرمزی در پای درگیر

۲. قرمزی سطحی، که منجر به درد، سفتی، حساسیت در لمس دارد

سیر بالینی و نحوه درمان قرمزی سطحی و عمقی با هم متفاوت است و در حالت سطحی از گرم کردن، بالانگه داشتن عضو و تجویز مسکن استفاده میشود. در این حالت از داروهای ضدانعقاد استفاده نمیشود



بررسی های تشخیصی:

۱. ونوگرافی (سونوگرافی از رگها)

۲. سونوگرافی رنگی (داپلر)

۳. آزمایش خونی دی دایمر (D Dimer)

۴. MRI یا CT

درمان

۱. تجویز داروهای ضد انعقادی مانند: هپارین، وارفارین

در شرایط خاص از حل کننده لخته و تعبیه فیلتر در وریدهای

بزرگ استفاده میشود

۲. پیشگیری از بزرگ شدن لخته و ایجاد لخته جدید

۳. درمان جراحی

خودمراقبتی

هدف اصلی جلوگیری از آمبولی ریه است

۱. استراحت در بستر و بالا بردن اندام مبتلا بالاتر از سطح قلب

۲. مایعات کافی بنوشید و میوه جات و سبزیجات مصرف کنید تا مجبور نباشید برای دفع مدفوع به پاهای خود فشار بیاورید

۳. مطابق تجویز پزشک از مسکن و داروهای ضد انعقادی استفاده کنید

۴. زمانی که در بستر استراحت می کنید مرتباً پهلوی به پهلوی شوید تا دچار زخم بستر نشوید. سرفه های موثر انجام داده و نفسهای عمیق بکشید.

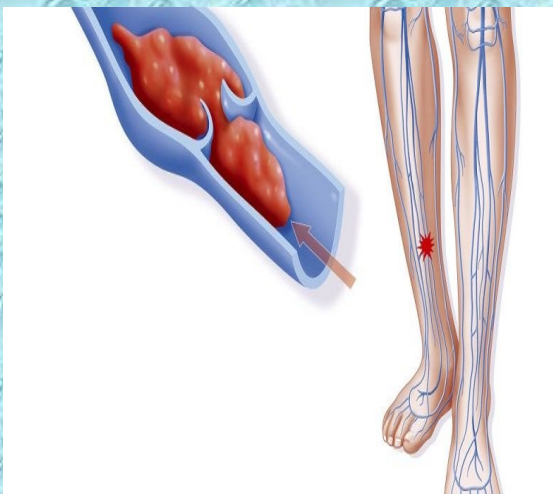
۵. از ماساژ دادن یا مالیدن قسمت عضلانی ساق پا خودداری کنید چون احتمال کنده شدن لخته و حرکت آن در مسیر جریان خون و خطر مرگ وجود دارد



دانشگاه علوم پزشکی البرز

مرکز پزشکی آموزشی درمانی رجایی

ترومبوز ورید های عمقی



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش و ارتقاء سلامت

۱۵. خودداری از مصرف سیگار والکل

۱۶. دوری از استرس واضطراب

۱۷. شستشوی روزانه پاها با آب گرم وصابون

۱۸. خودداری از مصرف غذاهای پرچرب وحاوی نمک فراوان

۱۹. خودداری از نشستن به مدت بیش از ۲ ساعت و اقامت

طولانی در اتومبیل و قطار

نکته

۱. در صورت مصرف وارفارین خوردن غذاهای حاوی ویتامین

K (سبزیجات با برگ سبز تیره مثل اسفناج ، کاهو، پیاز، شلغم،

ماهی و جگر) محدود شود

۲. از مسواک نرم استفاده نمائید .

۳. در صورت مصرف وارفارین و بروز علائم از قبیل سردرد،

سرگیجه، درد شدید معده، ادرار قرمز یا قهوه ای رنگ،

خونریزی از بینی و لثه، مدفوع سیاه رنگ، عدم توقف خونریزی

از بریدگیها و زخم ها سریعاً به پزشک مراجعه شود.

جهت استفاده ارمشاوره مراقبتی درمورد بیماری خودباشماره

۰۲۹۷۰۰۴۵۳

داخلی ۴۱۴ یا سایت rajaei.abzums.ac.ir ارتباط برقرارنمایید

منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر

۶. در مدت زمانیکه فقط دستور استراحت در تخت را دارید

مراقب باشید که برآمدگی استخوانی یکی ازپاهایتان مثل

زانو،پاشنه روی قسمت نرم پای دیگر فشار نیاورد چون میتواند

زخم ایجاد کند . زمانیکه به یک پهلوی دراز کشیده اید، بالش

نرمی را بین پاهاى خود قراردهید.

۷. هنگام استراحت در بستر، میتوانید تمرینات ورزشی مانند

به عقب خم کردن کف پا را انجام دهید .

۸. در صورت بروز علائمی چون درد قفسه سینه ،تنگی نفس

،اضطراب و نگرانی و دلهره سریعاً به پرستار یا پزشک اطلاع

دهید . در صورتیکه بعد از ترخیص علائمی چون درد،ورم

کردن و گرما در پاهایتان بروز کرد فوراً به پزشک مراجعه کنید

۹. از قراردادن پوست پای بیمار در معرض گرماو سرمای

شدید اجتناب نمایید

۱۰. پوست پاها را از نظر خشکی وزخم بررسی نمایید

۱۱. سرفه های موثر و تنفس عمیق انجام دهید .

۱۲. زمانی که پزشک به شما دستور راه رفتن داد،مطابق

دستور از جوراب های کشی استفاده نمائید.

۱۳. جوراب های کشی را صبح زود قبل از شروع ورم در پاهایتان

بپوشید و شب هنگام استراحت از پاها خارج کنید. دو بار در روز

جورابهای کشی را از پا خارج کرده وپاها را از نظر تغییرات پوستی و

حساسیت به لمس و تورم و قرمزی کنترل کنید

۱۴. خودداری از ایستادن به مدت طولانی