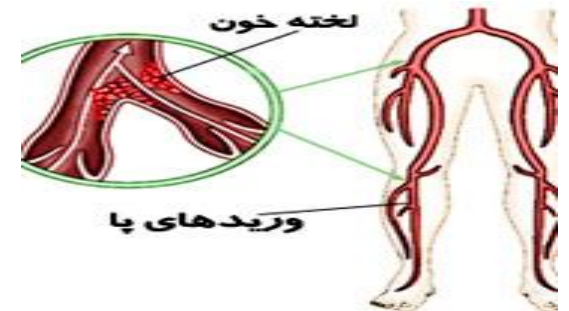


❖ ترومبوز ورید عمقی

عبارت است از بیماری که طی آن یک لخته‌ی خون در یک ورید تشکیل می‌شود که ممکن است این لخته باعث انسداد نسبی یا کامل جریان خون شود یا اینکه رها شده و به ریه برود. این حالت متفاوت از لخته‌های موجود در وریدهای سطحی است که در آن به ندرت لخته‌ها رها می‌شوند. این بیماری معمولاً ساق پا یا پایین شکم را درگیر می‌کند ولی گاهی سایر وریدهای بدن را نیز مبتلا می‌سازد و در افراد بالای ۶۰ سال شایع‌تر است.



❖ علائم شایع

- گاهی بدون علامت تورم و درد در ناحیه‌ای که توسط ورید تخلیه می‌شود (معمولاً مچ پا، ساق یا ران) می‌باشد. تورم در اندام تحتانی، هر بخشی در زیر لخته را شامل می‌شود و به انگشتان پا گسترش می‌یابد.
- حساسیت به لمس و قرمزی نواحی آسیب‌دیده، ناراحتی یا درد در راه رفتن. ناراحتی با استراحت بهبود نمی‌یابد. درد هنگام بلند کردن اندام تحتانی و خم کردن پا (گاهی اوقات).
- تب (گاهی اوقات)، افزایش ضربان قلب (گاهی اوقات)

❖ علل

تجمع خون در ورید که مکانیسم‌های لخته‌کننده ی خون را برمی‌انگیزد. تجمع ممکن است پس از استراحت طولانی در بستر به دنبال جراحی یا در اثر بیماریهای ناتوان‌کننده مثل حمله‌ی قلبی، سکته ی مغزی یا شکستگی استخوان رخ دهد.

❖ عوامل تشدید کننده ی بیماری

* افراد بالای ۶۰ سال ، چاقی، عدم تحرک به خصوص در بیمارانی که در بستر می‌باشند و توانایی حرکت دادن اندام‌های خود را ندارند، استفاده از استروژن موجود در قرص‌های ضد بارداری خوراکی یا برای جایگزینی پس از یائسگی. این امر به ویژه در صورت استفاده از استروژن همراه با سیگار کشیدن خطرناک است.

* جراحی ، سانحه ، بارداری ، سرطان ، اختلالاتی چون نارسایی قلبی، سکته ی مغزی و پلی‌سپتیمی (افزایش غلظت خون) از عوامل تشدید کننده دیگر می‌باشند.

❖ پیشگیری

* در طول بیماری‌ها از استراحت طولانی در بستر خودداری کنید. پس از هرگونه اقدام جراحی یا در طی هرگونه بیماری زمین‌گیرکننده هر چه زودتر حرکت دادن اندام‌های تحتانی را شروع کنید.

* در مسافرت‌های طولانی یا اتومبیل یا هواپیما، حداقل هر ۱-۲ ساعت، پاهای خود را حرکت دهید.

* به ویژه در صورت مصرف استروژن، سیگار را ترک کنید.

❖ عوارض احتمالی

آمبولی ریه که طی آن لخته رها می‌شود و به ریه می‌رود، از عوارض احتمالی این بیماری است. در این حالت، جریان خون ریه مسدود شده و باعث مرگ بافت ریه آسیب دیده می‌گردد. تعداد قابل ملاحظه‌ای از بیماران دچار آمبولی ریه، به خاطر بیماری می‌میرند.

❖ درمان

- درمان ترومبوز سیاهرگی عمقی عبارتند از :
- استراحت مطلق و عدم تمرین درمانی در این دوره که مدت زمان آن به نظر پزشک متخصص بستگی دارد.
 - تجویز داروهای ضد انعقادی (بخصوص انوکسپارین) بر طبق نظر پزشک معالج.
 - اندام مبتلا باید بالاتر از سطح قلب قرار گیرد.
 - استفاده از جوراب‌های الاستیک
 - راه اندازی تدریجی بیمار با توجه به علائم و نشانه‌ها
 - رعایت برنامه‌هایی که باعث پیشگیری از بروز مجدد ترومبوز وریدی عمقی می‌گردد.
 - تنظیم یک برنامه دارو درمانی جهت تعیین میزان و مدت زمان مصرف دارو پس از دوره حاد
 - درمان جراحی .عمل جراحی ممکن است در بیمارانی که تجویز داروهای ضد انعقادی احتمال خونریزی را افزایش می‌دهد یا موارد خاصی از بیماری‌ها صورت گیرد.
 - برنامه تغذیه‌ای مناسب

تشکیل لخته خون در وریدهای عمقی

(ترومبوز ورید عمقی)



- استفاده از داروهای ضد انعقادی قبل از عمل جراحی (به خصوص در موارد شکستگی‌های اندام تحتانی) و بعد از عمل‌های تعویض مفصل (زانو و یا لگن) (موارد بستری خاص طبق نظر متخصص مربوط).
- استفاده از جوراب‌های الاستیک یا کفش مخصوص جهت جلوگیری و کاهش ادم.
- حرکات فعال مچ پا و انگشتان
- بالاتر قراردادن اندام‌ها جهت جلوگیری و کاهش تورم

- آزمون‌های تشخیصی می‌توانند شامل رادیوگرافی وریدها، سونوگرافی و پلטיسموگرافی (میزان خونی را که از اندام عبور می‌کند، اندازه می‌گیرند) باشند.
- اگر لخته‌ها کوچک، محدود به ساق پا بوده و بیمار توانایی حرکت داشته باشد، درمانی لازم نیست. لخته‌ها غالباً خود به خود رها می‌شوند.

❖ فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری

- استراحت در بستر تا رفع تمام علائم التهاب. در هنگام استراحت، حرکت دادن عضلات پا، خم کردن مچ پا و تکان دادن انگشتان پا را تبدیل به عادت خود کنید.
- از جوراب‌های کشی مناسب یا بانداژهای کشی استفاده کنید ولی از بند جوراب یا جوراب کشیاف بلند استفاده نکنید.
- در هنگام نشستن به مدت طولانی پاها را بالاتر از باسن قرار دهید. پاها را از بستر بلند کنید.



❖ علایم هشدار

در چه شرایطی باید به پزشک مراجعه نمود؟

- در صورت وجود خونریزی غیرمنتظره از هر مکان - درد قفسه‌ی سینه - سرفه‌ی خونی - تنگی نفس - تداوم یا افزایش تورم و درد

❖ اصول پیشگیری

- پیشگیری از بروز ترومبوز سیاهرگی عمقی مهمتر از درمان پس از ایجاد آن است. مواردی که باید جهت پیشگیری از ایجاد ترومبوز وریدی عمقی در نظر داشت عبارتند از:

شناسنامه‌ی بروشور آموزشی

عنوان		ترومبوز ورید عمقی کد: pm-06-31-A-06	
تهیه کننده		آذر محمدی کارشناس پرستاری	
تایید کننده		کارگروه آموزش به بیمار	
سال تهیه		۱۴۰۱ : بازبینی : ۱۴۰۵	
منابع:		۱) برونر و سودارث - پرستاری داخلی جراحی (ارتوپدی) ۲۰۲۲	
پزشک تایید کننده:			
دکتر سیدعلی هاشمی			
ناظر کیفی:			
دکتر سیدعباس رخشا			