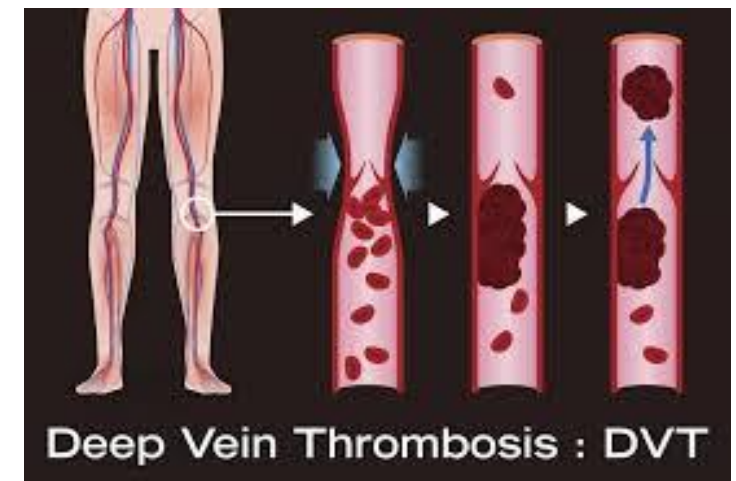


ترومبوز وریدی عمقی (DEEP VEIN Thrombosis)

منظور از ترومبوز وریدی عمقی (DVT) تشکیل لخته در ورید های (سیاهرگ) عمقی بدن است. این لخته معمولاً در ورید های عمقی پا ایجاد می شود، اگر این لخته کنده شود و همراه جریان خون حرکت کند، می تواند موجب بسته شدن یک رگ خونی گردد که اغلب در پاها رخ می دهد. اما اگر انتشار آن به ریه برسد (در رگ های کوچک ریه گرفتار شود). این اتفاق که به آن آمبولی ریه گفته می شود، می تواند کشنده باشد.

علائم ترومبوز وریدی عمقی

برخی از افراد مبتلا به DVT هیچ علامتی ندارند، اما بیشتر آنها دچار تورم در یکی از پاها یا هر دوی آنها می شوند. اغلب در یکی از پاها درد و حساسیت به لمس وجود دارد (که ممکن است تنها هنگام ایستادن یا راه رفتن ایجاد شود). پوست محل در گیر ممکن است گرم، قرمز و یا حتی رنگ پریده باشد. ورید های سطحی ممکن است بزرگ تر از حالت معمول باشند در صورتی که به هر کدام از علائم ذکر شده مبتلا هستید، حتماً به پزشک مراجعه کنید.



علامت های احتمالی آمبولی ریوی:

تنگی نفس ناگهانی یا تنفس سریع
درد سوزشی قفسه سینه که اغلب با سرفه یا تنفس همراه است.
درد در پشت
سرفه (گاهی همراه با خلط یا ترشحات خونی)
تعریق بیش از حد معمول
تپش قلب
احساس گیجی یا غش کردن

عوامل خطر ترومبوز وریدی عمقی

عوامل متعددی وجود دارد که می تواند خطر ابتلا به DVT را افزایش دهد. این عوامل عبارتند از:

بی حرکتی، هرگونه بیماری یا جراحی که باعث بی حرکت شدن فرد شود، (به دلیل بستری شدن در بیمارستان، بیماران استراحت مطلق یا فلج)

سفرهای طولانی با هواپیما، قطار یا ماشین
عمل جراحی هایی که در آن بیش از ۱ تا ۵ ساعت فرد بیهوش است
سابقه قبلی آمبولی ریه و ترومبوز وریدی
سن بالا به ویژه سن بالای ۶۵ سال
چاقی و اضافه وزن

بارداری

سرطان

مصرف سیگار

نارسایی قلبی

مشکلات کلیوی مانند سندرم نفروتیک

برخی داروها

قرص های ضد بارداری

درمان جایگزینی هورمون (پیچ ها و حلقه هورمون)

داروهای شیمی درمانی سرطان

کمبود مایعات در بدن (کمبود آب بدن)

تشخیص ترومبوز وریدی عمقی

اگر شرح حال، علائم و معاینه فیزیکی بیمار حاکی از DVT باشد، برای تایید تشخیص، لازم است آزمایشاتی انجام شود. **آزمایش خون دی دایمر**: این آزمایش قطعه های کوچک و تجزیه شده لخته خون را تشخیص می دهد. هرچه نمره این آزمایش بالاتر باشد به همان اندازه احتمال لخته شدن خون در رگ نیز بیشتر است. متأسفانه گاهی نتیجه آزمایش دی دایمر در موقعیت های دیگر مثلاً اگر اخیراً تحت عمل جراحی قرار گرفته و یا باردار باشید نیز می تواند مثبت باشد. از همین رو، لزوماً مثبت بودن نتیجه آزمایش نشان دهنده ترومبوز وریدی عمقی نیست بلکه صرفاً احتمال تشکیل لخته خون (لخته می تواند ناشی از ترومبوز وریدی عمقی و یا آمبولی ریه باشد) و نیاز آزمایش های بعدی را نشان می دهد.

از نوع خاصی از سونوگرافی به نام **سونوگرافی داپلر** برای نشان دادن جریان خون در رگ های پا و وجود هرگونه انسداد در جریان خون استفاده می شود. سونوگرافی داپلر بسیار مفید است زیرا هم بسیار ساده و هم غیرتهاجمی است.

پیشگیری از ابتلا به ترومبوز وریدی عمقی

شما می توانید با ایجاد چند تغییر در شیوه زندگی، خطر ابتلا به ترومبوز وریدی عمقی را کاهش دهید که شامل کنترل فشار خون، ترک سیگار و کاهش وزن است.

اگر مجبور به نشستن طولانی مدت هستید، عضلات تحتانی پای خود را حرکت دهید. اگر در پرواز طولانی هستید حداقل هر نیم ساعت یک بار بلند شوید و قدم بزنید. اگر در سفر جاده ای طولانی هستید هر یک ساعت از ماشین پیاده شوید.

پس از بیماری یا جراحی در اولین زمانی که پزشک به شما اجازه می دهد، از بستر خارج شوید و حرکت کنید. هرچه زودتر حرکت کنید خطر ایجاد لخته کمتر است.

بعد از جراحی (در صورت تجویز پزشک) از دارو یا جوراب های فشاری به منظور کاهش خطر لخته استفاده کنید.

ویزیت پزشک خود را همان طور که توصیه شده پیگیری کنید و به توصیه های او برای کاهش خطر لخته توجه کنید.



بیمارستان فوق تخصصی مدائن



سلامتی روز افزون شما آرزوی ماست

ترمبوز وریدی

DVT

واحد آموزش سلامت -

MA-EP-PA-60-01

زندگی با ترمبوز ورید عمقی

برای برخی از افراد، ممکن است لخته هیجگاه کاملا بهبود نیابد و در نتیجه باعث ایجاد بافت اسکار در وریدها شود. DVT همچنین می تواند سندروم پس از انعقاد ایجاد کند که در اثر آن بیمار به صورت مزمن و طولانی مدت، تورم و درد دارد.

رای استفاده آسان از اطلاعات سایت بیمارستان کد QR زیر را اسکن نمایید.



منابع: <https://www.iranvein.com/>

<https://abidipharma.com/health-items/overview-of-venous-thromboembolism-vte>

<https://sapiba.ir/deep-vein-thrombosis>

تهران، خیابان انقلاب، نرسیده به چهارراه ولی عصر،

خیابان صبا جنوبی

تلفن: ۶۶۴۶۵۳۵۵ و ۸-۶۶۴۰۵۷۰۵

وب سایت WWW.Madaen.hospital.COM

درمان

هدف از درمان عبارتست از:

پیشگیری از حرکت کردن و بزرگ شدن لخته در بدن.

حداقل زمان درمان DVT سه ماه است. در مواردی نیاز به درمان طولانی تر است.

مهم ترین روش درمانی DVT استفاده از داروهای ضد انعقادی است.

داروهای ضدانعقاد بایستی به موقع و مرتب مصرف شوند و نباید

خودسرانه قطع شوند یا دارو را تغییر داد. هرگونه تغییر در برنامه

دارویی نیاز به مشورت با دکتر دارد.

در صورتی که DVT شدید و وسیع باشد پزشک ممکن است برای

تسریع در روند بهبودی، داروی لیز کننده یا حل کننده لخته را

به صورت تزریقی و از طریق کاتترهای مخصوص وارد لخته کند به این

نوع درمان CDT گفته می شود. عمل CDT بهتر است در ۲ هفته

اول پس از شروع لخته انجام شود ولی ممکن است تا ۲۱ روز پس از

آن هم سودمند باشد.

استنت گذاری برای بازکردن مسیر رگ لخته شده در مرحله حاد

بیماری به تشخیص پزشک انجام می گیرد و به بهبود بیشتر بیمار

کمک می کند. عمل استنت گذاری وریدی ممکن است بلافاصله پس

از تزریقات اولیه انجام شود ولی اگر در این مرحله انجام نشود بهترین

زمان ۶ ماه بعد است.

گایدلاین های فعالیت

در ابتدا ممکن است دی وی تی فعالیت شما را محدود کند ولی باید به

تدریج به فعالیت طبیعی خود بازگردید. اگر در پای خود احساس

تورم یا سنگینی دارید، در جای خود طوری دراز بکشید که پاشنه ی

پای تان ۱۰-۱۵ سانتی متر بالاتر قرار گیرد. به این ترتیب، جریان خون

بهبود یافته و تورم کاهش پیدا می کند

اگر برای مدت طولانی نشسته اید، عضلات قسمت تحتانی پای خود را

حرکت دهید.

در زمان بیداری، ساعتی چند دقیقه بایستید و قدم بزنید.

لباس های تنگی را که به پا می چسبند و باعث کاهش گردش خون در پا

می شوند نپوشید

از جوراب های فشاری بر اساس توصیه ی پزشک خود استفاده کنید