

آموزش هنگام بستری

شبکه بهداشت و درمان
اردستان، بیمارستان شهید
دکتر بهشتی



تلفن بیمارستان: ۵۴۲۴۴۱۱۲

واحد آموزش همگانی و سلامت بیمار - کد

PE.CCU.7

بازنگری: دی ۹۷

DVT (لخته خون در ورید های عمقی)

Deep Vein Thrombosis



توصیه برای جلوگیری از DVT

اگرچه افزایش سن غیرقابل پیشگیری است، اما با اقدامات زیر می‌توان از بروز DVT به خصوص در افراد سالم پیشگیری کرد:

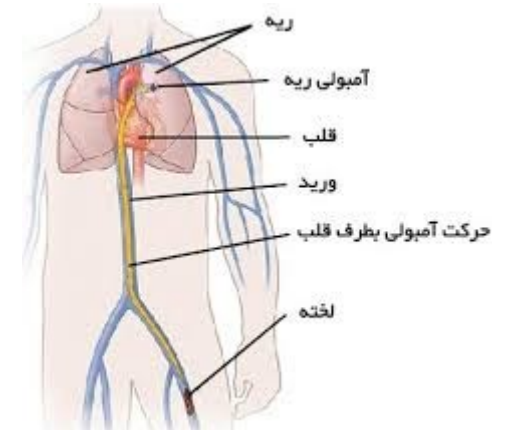
- ♦ ورزش کردن
- ♦ ورزش منظم شامل **پیاده روی**، شنا، نرمش و خودداری از مسافرت طولانی
- ♦ باید در حین سفر، عضلات پاهایتان را حرکت و ورزش دهید و یا از جوراب واریسی استفاده کنید و هرگز برای مدت طولانی بی‌حرکت نایستید یا ننشینید.
- ♦ جلوگیری از افزایش وزن
- ♦ استفاده از جوراب‌های واریسی
- ♦ پرهیز از مصرف هورمون‌ها
- ♦ پیشگیری از بروز DVT و آمبولی ریه به وسیله داروهای ضد انعقاد در بعضی از بیماران بستری در بیمارستان .

Reference:

Brunner LS, Smeltzer SC, Bare BG, Hinkle JL, Cheever KH (2009) *Brunner and Suddarth's Textbook of Medicalsurgical Nursing*. Lippincott Williams & Wilkins, London.

عمل جراحی شامل موارد زیر است:

- ♦ قرار دادن فیلتری در بزرگترین ورید داخل بدن تا از حرکت لخته خون به سمت ریه ها جلوگیری کند.
- ♦ برداشتن لخته بزرگ خونی از داخل رگ
- ♦ عوارض
- ♦ بسیاری از DVT ها بدون هیچ مشکلی ناپدید می شوند، اما دوباره می توانند ایجاد شوند.
- ♦ برخی از مبتلایان در دراز مدت، درد و ورم پا دارند. لخته خون می تواند موجب **آمبولی ریه** گردد و تهدید کننده حیات باشد.
- ♦ درمان زودهنگام DVT می تواند از بروز آمبولی جلوگیری کند.
- ♦ سندرم **پست فلپتیک** باعث تورم وادم درپا و تغییرات رنگ پوست و درد می شود .
- ♦ این علائم ممکن است چند سال بعد از درمان ادمه داشته باشند.
- ♦ **چه زمانی باید نزد پزشک رفت؟**
- ♦ اگر درد سینه، تنگی تنفس، سرفه خونی، غش کردن، از دست دادن هوشیاری و یا دیگر علائم را دارید؛ فوراً به پزشک مراجعه کنید.



DVT

- * به معنای پیدا شدن لخته ی خون در وریدهای عمقی پا ، به ویژه ساق پا است .
 - * پیدایش DVT درانتقال خون اختلال ایجاد می کند و به درد و تورم عضو منجر می شود
- وریدهای (سیاهرگ های) ساق و ران پا به دو دسته طبقه بندی می شوند :**

- ♦ وریدهای سطحی که گاهی هم قابل رویت هستند و بعضی مواقع بانارساشدن آنها بیماری **واریس** پیدا می شود. این وریدها خون اندام تحتانی را به بالا می برند .
- ♦ وریدهای عمقی که خون را از همان وریدهای سطحی و از عمق اندامها تحویل می گیرند و راه اصلی انتقال خون به سمت بالا هستند. این وریدها بعدا خون را به وریدهای رانی و سپس لگن تخلیه کرده و از طریق وریدهای شکمی به قلب منتقل می کنند
- ♦ هنگامی که یک لخته از جای خود کنده می شود در جریان خون حرکت می کند، به نام آمبولی خوانده می شود.
- ♦ **آمبولی می تواند در مغز، ریه، قلب و یا دیگر مناطق بچسبد و موجب مشکلات جدی شود**

علائم

- ♦ تغییر رنگ پوست در یک پا. رنگ پا ممکن است سفید و یا آبی شود.
- ♦ افزایش گرمی در یک پا
- ♦ درد در یک پا
- ♦ حساس شدن پا
- ♦ در صورت تماس با پوست، احساس گرما میکنید.
- ♦ ورم و ادم در یک پا

چرا لخته خون ایجاد می شود؟

- ♦ **توقف خون در اندامها :**
- ایستادن طولانی، **بی حرکتی** طولانی مدت یا در بستر بودن که سبب توقف خون در وریدها می شود .
- ♦ **خرابی دیواره رگها :**
- سلول های پوششی دیواره وریدها به دلایل مختلف تخریب می شود مثل ضربه ها و تصادفات، دستکاری های رگ و عفونت
- ♦ **بیماری های انعقادی :**
- اگر خون لخته نمی شد، فرد در اثر ایجاد یک زخم، آنقدر خون ریزی می کرد که فوت می نمود، ولی گاهی اوقات همین واکنش انعقادی تشدید می شود باعث تشکیل لخته در ساق پا می گردد.
- بعضی از عوامل دیگر عبارتند از :**
- ♦ **سن :** هرچه **سن** بالاتر برود، DVT بیشتر می شود.
- ♦ **سرطان ها :** به ویژه **سرطان های دستگاه گوارش** و سرطان **پانکراس** (لوزالمعده).
- ♦ **چاقی**
- ♦ **مسافرت های طولانی**
- ♦ **واریس**
- ♦ **بیماری های قلبی**
- ♦ **هورمون ها :** به ویژه استروژن و پروژسترون
- ♦ **بارداری**



آزمایشات

- ♦ آزمایشات زیر نیز ممکن است انجام شود:
- ♦ D دایمر خون برای بررسی آمبولی احتمالی ریه همراه با DVT
- ♦ سونوگرافی داپلر از پاها
- ♦ اشعه X برای نشان دادن رگ در منطقه آسیب دیده (ونوگرافی)

درمان

- ♦ پزشک داروهایی را برای رقیق شدن خون (ضد انعقادها) توصیه می کند. این داروها باعث جلوگیری از تشکیل لخته و یا جلوگیری از بزرگ شدن لخته های ایجاد شده می شوند، اما نمی توانند لخته های موجود را حل کند. در مواقعی داروی حل کننده لخته مصرف می شود.
- ♦ برای ادامه درمان در منزل یک داورپی به نام **وارفارین** (کومادین) تجویز می شود. وارفارین از راه خوراکی مصرف می شود. این دارو چند روز طول می کشد تا اثرش ظاهر شود. وارفارین حداقل سه ماه باید مصرف کنید .
- ♦ برخی افراد برای جلوگیری از ایجاد لخته جدید، باید در تمام طول زندگی خود وارفارین را مصرف کنند.
- ♦ هنگامی که وارفارین را مصرف می کنید، احتمال خونریزی در شما زیاد می شود. هیچگاه بدون مشورت پزشک، داروی خود را قطع نکنید و یا مقدار دارو را تغییر ندهید .
- ♦ اگر شما داروی وارفارین را مصرف می کنید، تمام نکات مربوط به مصرف وارفارین را مطالعه کنید (دستورالعمل مصرف وارفارین).
- ♦ جوراب ساق بلند (جوراب مخصوص واریس) فشار در ساق پا ایجاد می کند و باعث بهبودی جریان خون می شود و خطر ابتلا به لخته خونی را کم می کند.
- ♦ در موارد نادری، اگر داروها نتوانند اثری داشته باشند، عمل جراحی مورد نیاز است.