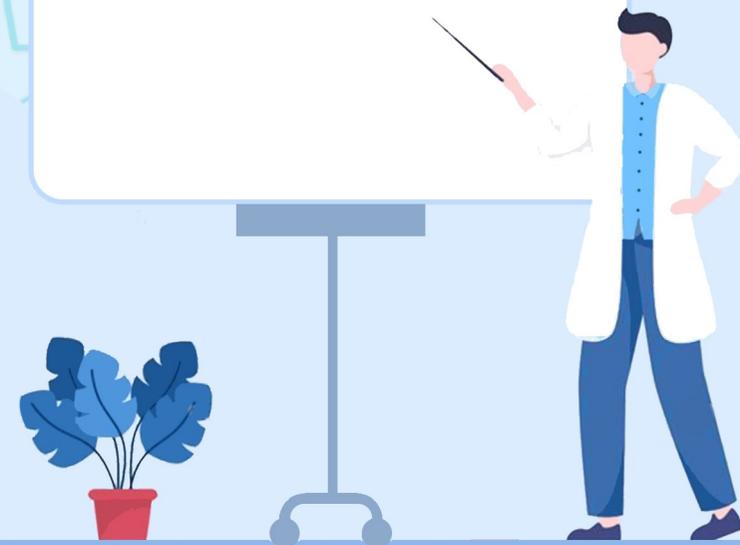
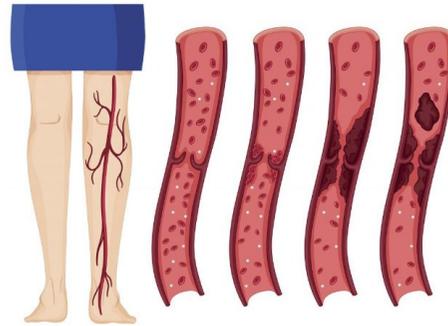


ترومبوز ورید عمقی



ترومبوز ورید عمقی



ترومبوز سیاهرگی عمقی به معنای تشکیل لخته خونی در دیواره داخلی یک سیاهرگ عمقی معروف است.

این اختلال که به DVT معروف است را بیشتر سیاهرگ‌های اندام تحتانی را درگیر می‌کند.

ایجاد لخته‌های خونی در مسیر عروق خونی اندام‌ها، باعث اختلال جریان خون شده و در نتیجه منجر به انسداد نسبی یا کامل عروق خونی می‌گردد.

یکی از مهم‌ترین عوارض احتمالی ترومبوز سیاهرگی عمقی، آمبولی ریوی است که به علت انتقال لخته خونی به دستگاه گردش خون ریوی ایجاد می‌گردد.

پیشگیری از آمبولی ریه مهم‌ترین دلیل جهت درمان بیماران مبتلا به ترومبوز سیاهرگی عمقی است. چون ترومبوز در مراحل اولیه ممکن است سست و شکننده بوده و به خوبی به دیواره عروق متصل نباشد.

امبولی ریوی ممکن است منجر به عوارض جبران‌ناپذیر برای بیمار گردد.

علل

1. رکود جریان خون
 2. افزایش انعقاد پذیری در بدن بیمار
 3. ضایعه دیواره رگ
- ### عوامل افزایش خطر
1. پس از اعمال جراحی
 2. بی‌حرکتی و شکستگی‌ها
 3. تومورها یا بیماری‌های بدخیم
 4. حاملگی
 5. استفاده از ضد بارداری‌های
 6. خوراکی
 7. طولانی شدن استراحت مطلق
 8. سابقه آمبولی ریوی قبلی
 9. نشستن‌های طولانی مدت و یا
 10. مسافرت طولانی
 11. افزایش سن
 12. چاقی
 13. داشتن بیماری‌های ناتوان کننده
 14. بیماری ترومبوسیتوز

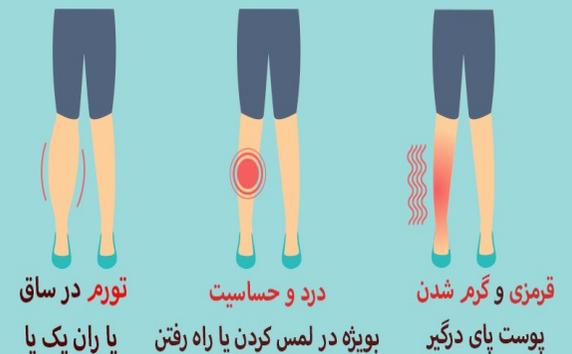
علائم و نشانه‌ها

1. تغییر دما به صورت گرمی و تغییر رنگ پوست به صورت قرمزی در ناحیه
2. احتمال ادم محیطی و تورم اندام
3. درد اندام درگیر که ممکن است مبهم یا شدید باشد.
4. حساسیت در مسیر سیاهرگ درگیر به هنگام لمس عمیق
5. خستگی و احساس ناخوشی
6. تب خفیف

پیشگیری از ترومبوز:

1. محیطی بدون استرس و آرام جهت استراحت بیمار فراهم شود.
2. اندام بیمار بالا تر از سطح قلب قرار گیرد.
3. استفاده از کمپرس گرم و مرطوب روی اندام مبتلا مفید می باشد
4. استفاده از باندها و جوراب های الاستیک جهت جلوگیری از توقف خون در اندام جهت پیشگیری در افراد مستعد توصیه می گردد.
5. جوراب ها بدون تا خوردگی و چروکیدگی پوشیده شود.
6. هنگام خواب جوراب یا باند را در بیاورید و قبل از برخاستن از بستر آن را بیوشید.
7. انجام تمرینات ورزشی سبک در صورت استراحت در تخت

علائم و نشانه های DVT

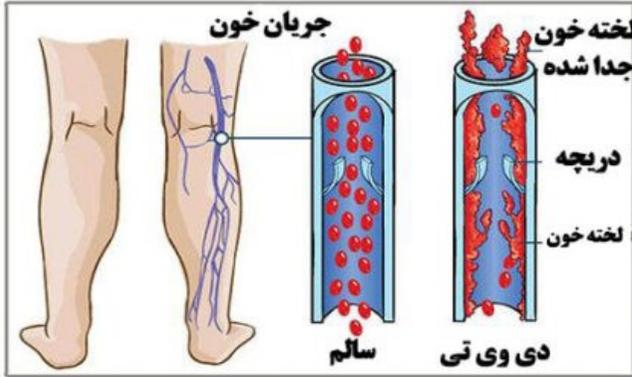


توصیه ها:

1. توصیه می گردد از ایستادن یا نشستن طولانی پرهیز شود.
2. در صورت وجود درد و تورم همراه با قرمزی و گرمی و حساسیت اندام مبتلا در لمس هر چه سریع تر به پزشک معالج مراجعه کنید.
3. جهت جلوگیری از زخم و عفونت در پاها توصیه می شود که بیمار روزانه پاها را با آب گرم و صابون ملایم شسته و به آرامی خشک نماید.
4. از مالش و فشار شدید پا خودداری کنید.
5. از پوشیدن لباس های تنگ، کمربند و کش جوراب که ممکن است جریان خون را کاهش دهند جلوگیری کنید.
7. در صورت نیاز به ریش تراش از ریش تراش برقی بجای تیغ استفاده شود.
8. از انجام تزریقات عضلانی و زیر جلدی در ناحیه ساق پا تا حد امکان جلوگیری کنید پ.
9. به منظور بهبودی و یکپارچگی پوست و حفظ تون عضلات و عروق بر دریافت مواد غذایی سرشار از پروتئین ترجیحا پروتئین های گیاهی مانند عدس، سویا، نان گندم، غلات، حبوبات و مغزها و ویتامین ث ئ مرکبات تاکید می گردد.
10. روغن ماهی، دانه آفتابگردان، کنجد و چای سبز در رقیق کردن خون موثر است.

11. از مصرف زیاد مواد غذایی حاوی نمک، گوشت و لبنیات پر چربی، کره، سرشیر و نارگیل خودداری شود.

12. در مورد نیاز به مصرف داروهای ضد لخته خون از پزشک خود مشورت بگیرید.



تهیه کنندگان:

مهدی عسکری تبار (کارشناس پرستاری)
نرگس سادات حسینی (کارشناس پرستاری)

تایید کننده علمی:

دکتر رضا پور علی (متخصص ارتوپدی و مدیر گروه ارتوپدی شهرستان نیشابور)

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی

حکیم

نیشابور، میدان امام رضا (میدان باغرود)

۰۵۱۴۳۳۰۳۰۰۰

www.Hakim.Nums.ac.ir

Hakim_Nums