

- درد اندام درگیر که ممکن است مبهم یا شدید باشد
- حساسیت در مسیر سیاهرگ
- درگیر به هنگام لمس عمیق
- خستگی و احساس ناخوشی
- تب خفیف

توصیه ۵ /

- محیطی بدون استرس و آرام
- جهت استراحت بیمار فراهم شود .
- اندام بیمار بالا تر از سطح قلب قرار گیرد .
- استفاده از کمپرس گرم و مرطوب روی اندام مبتلا مفید می باشد .
- استفاده از باندها و جوراب های الاستیک جهت جلوگیری از توقف خون در اندام , جهت پیشگیری در افراد مستعد توصیه میگردد .
- جوراب ها بدون تا خوردگی و چروکیدگی پوشیده شود .
- هنگام خواب جوراب یا باند را در بیاورید و قبل از برخاستن از بستر آن را بپوشید .

علل

- رکود جریان خون
- افزایش انعقادپذیری
- ضایعه دیواره رگ

عوامل افزایش خطر

- پس از اعمال جراحی
- بی حرکتی و شکستگی ها
- تومورها یا بیماری های بدخیم
- حاملگی
- استفاده از ضد بارداری های خوراکی
- طولانی شدن استراحت مطلق
- آمبولی ریوی قبلی
- نشستن های طولانی مدت و یا مسافرت طولانی
- افزایش سن
- چاقی
- داشتن بیماری های ناتوان کننده
- ترومبوسیتوز

علائم و نشانه ها

- تغییر دما به صورت گرمی و تغییر رنگ پوست به صورت قرمزی در ناحیه
- احتمال ادم محیطی

ترومبوز سیاهرگی عمقی به معنای تشکیل لخته خونی در دیواره داخلی یک سیاهرگ عمقی است. این اختلال که به DVT معروف است، بیشتر سیاهرگ های اندام تحتانی را درگیر می کند. ایجاد لخته های خونی در مسیر عروق خونی اندامها، باعث اختلال جریان خون شده و در نتیجه منجر به انسداد نسبی یا کامل عروق خونی می گردد. اگرچه ترومبوز سیاهرگی (وریدی) عمقی بیشتر در سیاهرگ های اندام تحتانی اتفاق می افتد، ولی به علت استفاده از کاتترهای ساب کلاوین، وقوع آن در اندام فوقانی نیز در حال افزایش است.

یکی از مهمترین عوارض احتمالی ترومبوز سیاهرگی عمقی، آمبولی ریوی است که به علت انتقال لخته خونی به دستگاه گردش خون ریوی ایجاد می گردد. 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. آمبولی ریوی ممکن است منجر به مرگ بیمار گردد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

ترومبوز ورید عمقی



پا 91

- است جریان خون را کاهش دهند
- در صورت نیاز به ریش تراش ، از ریش تراش برقی بجای تیغ استفاده شود.
- از انجام تزریقات عضلانی وزیر جلدي تا حد امکان اجتناب شود.
- به منظور بهبودی و یکپارچگی پوست و حفظ تون عضلات و عروق ، بر دریافت مواد غذایی سرشار از پروتئین ترجیحاً پروتئینهای گیاهی (عدس ، سویا ، نان گندم ، غلات ، حبوبات ، مغزها یا گردو و بادام و ...) مصرف نمایید.
- ویتامین C و مرکبات تاکید می شود.
- روغن ماهی ، دانه آفتابگردان ، کنجد ، چای سبز نیز در رقیق کردن خون موثر هستند .
- از مصرف زیاد مواد غذایی حاوی نمک، گوشت و لبنیات پر چربی، کره، سرشیر و نارگیل خودداری شود .

- انجام تمرینات ورزشی سبک در صورت استراحت در تخت از قبیل خم کردن کف پا به عقب و...
- توصیه می گردد از ایستادن یا نشستن طولانی پرهیز شود
- در صورت وجود درد و تورم و قرمزی و گرمی و حساسیت اندام مبتلا در لمس هر چه سریعتر به پزشك معالج مراجعه کنید.
- سفتی و سردی اندام می تواند نشانه پیشرفت بیماری باشد.
- کبودی روی پوست، تب و لرز خستگی، زخم گلو، تهوع و استفراغ به پزشك مراجعه نمایید.
- 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.
- از مالش و فشار شدید پا خودداری کنید.
- از پوشیدن لباسهای تنگ ، کمربند و کش جوراب که ممکن