

ترومبوز سیاهرگی عمقی :

به معنای تشکیل لخته خونی در دیواره داخلی یک سیاهرگ عمقی است. این اختلال که به **DVT** معروف است. بیشتر سیاهرگهای اندام تحتانی را درگیر می کند. ایجاد لخته های خونی در مسیر عروق خونی اندام ها، باعث اختلال جریان خون شده و در نتیجه منجر به انسداد نسبی یا کامل عروق خونی می گردد. اگر چه ترومبوز سیاهرگی (وریدی) عمقی بیشتر در سیاهرگ های اندام تحتانی اتفاق می افتد، ولی به علت استفاده از کاتترهای ساب کلوین، 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 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 به خوبی به دیواره عروق متصل نباشد. آمبولی ریوی ممکن است منجر به مرگ بیمار گردد.

علل ترومبوز:

- * رکود جریان خون
- * افزایش جریان خون
- * 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 قلبی
- * نشستن های طولانی مدت و یا مسافرت طولانی
- * افزایش سن
- * چاقی
- * داشتن بیماری های ناتوان کننده
- * ترومبوسیتوز



گروه پزشکی شفا
بیمارستان و زایشگاه



ترومبوز ورید عمقی (DVT)

منابع:

اصول مراقبت قلب و عروق - برونر سوارث ۲۰۰۴
پرستاری بیماری های قلبی - محمد علی شاکری
۱۳۷۸

علائم و نشانه ها:

- * تغییر دما به صورت گرمی و تغییر رنگ پوست به صورت قرمزی در ناحیه
- * احتمال ادم محیطی
- * 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 ها:
- * محیطی بدون استرس و آرام جهت استراحت بیمار فراهم شود.
- * اندام بیمار بالاتر از سطح قلب قرار گیرد.
- * استفاده از کمپرس گرم و مرطوب روی اندام مبتلا مفید می باشد.
- * استفاده از باندها و جوراب های الاستیک برای جلوگیری از توقف خون در اندام، جهت پیشگیری در افراد مستعد توصیه می گردد.
- * 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.
- * انجام تمرینات ورزشی سبک در صورت استراحت در تخت از قبیل خم کردن کف پا به عقب و ...
- * از نشستن طولانی پرهیزید.
- * در صورت وجود درد، تورم، قرمزی، گرمی و حساسیت اندام مبتلا در لمس هر چه سریعتر به پزشک معالج مراجعه کنید.
- * کبودی روی پوست، تب و لرز، خستگی، زخم گلو، تهوع و استفراغ به پزشک 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 نمایید.
- * از مالش و فشار شدید پا خودداری کنید.
- * از پوشیدن لباس های تنگ، کمر بند و کش جوراب که ممکن است جریان خون را کاهش دهند اجتناب شود.
- * از انجام تزریقات عضلانی و زیر جلدی تا حد امکان اجتناب شود.
- * مصرف ویتامین C و مرکبات تاکید می شود.
- * روغن ماهی، دانه آفتابگردان، کنجد، چای سبز نیز در رقیق کردن خون موثر هستند.

* به منظور بهبودی و یکپارچگی پوست و حفظ تون عضلات و عروق، بر دریافت مواد غذایی سرشار از پروتئین ترجیحا پروتئین های گیاهی (عدس، سویا، نان گندم، غلات، حبوبات، مغزها یا گردو و بادام و ...) مصرف نمایید.

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



شناسنامه پروشور آموزشی

SH-HT-PM36-02

عنوان	ترومبوز عروق وریدی
تهیه کننده	س. مزارعی (سوپروایزر آموزش سلامت)
تایید کننده	دکتر حجتی (مسئول علمی)
سال تهیه	بهار ۱۴۰۲ - ویرایش بهار ۱۴۰۵