

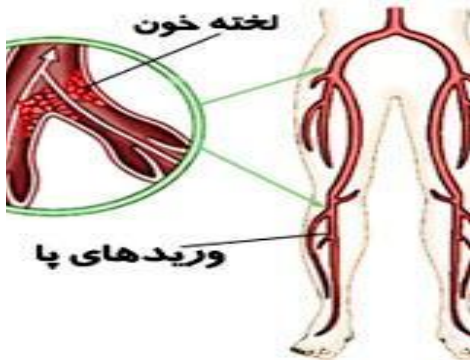


دانشگاه پزشکی، خدمات بهداشتی و درمانی



سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت  
بهداشت و درمان آسان بوشهر

# ترومبوز وریدهای عمقی



## بهداشت و درمان صنعت نفت بوشهر و خارگ

### آموزش و پژوهش

واحد تغذیه و آموزش سلامت بیمارستان توحید جم  
تأیید کننده: خانم دکتر فرحات (متخصص قلب و عروق)

منبع: پرستاری داخلی و جراحی، برونر سوارث

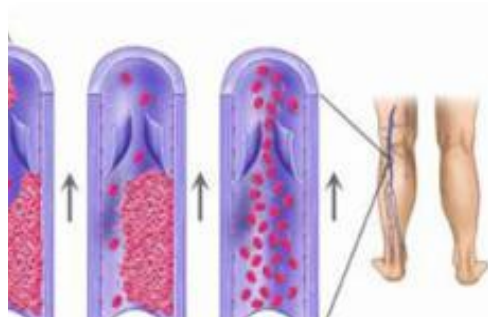
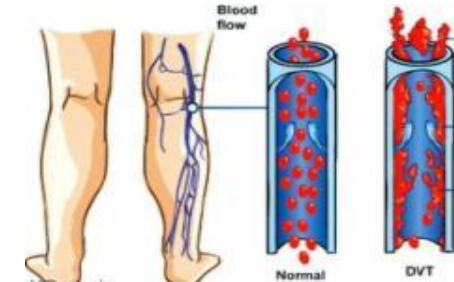
آذر ماه ۱۳۹۹

تاریخ بازبینی بعدی: آذر ماه ۱۴۰۱

## درمان ترومبوز سیاهرگ عمقی

۸. تنظیم یک برنامه دارو درمانی جهت تعیین میزان و مدت زمان مصرف دارو پس از ترخیص
۹. آزمایشات خون برای اندازه گیری زمان انعقاد خون را طبق دستور پزشک به طور منظم انجام بدهید.
۱۰. در صورت وجود درد، تورم، قرمزی، گرمی و حساسیت اندام مبتلا در لمس هر چه سریع تر به پزشک معالج مراجعه کنید.
۱۱. سفتی و سردی اندام می تواند نشانه پیشرفت بیماری باشد.
۱۲. سیگار نکشید. زنانی که از داروهای استروژن-دار یا قرص های ضد بارداری استفاده می کنند، باید از کشیدن سیگار خودداری کنند.

۱. استراحت مطلق و عدم تمرین درمانی در این دوره که مدت زمان آن توسط پزشک متخصص تعیین می گردد.
۲. تجویز داروهای ضد انعقاد (هپارین و وارفارین) طبق نظر پزشک معالج.
۳. اندام مبتلا باید بالاتر از سطح قلب قرار گیرد.
۴. استفاده از جوراب های الاستیک که اندازه متناسب داشته باشد.

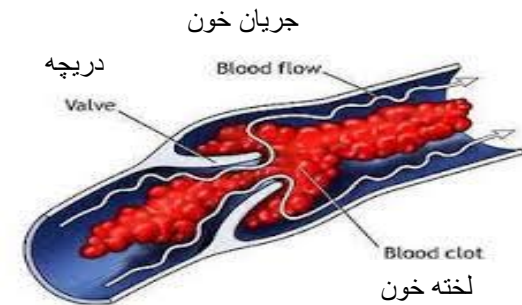


۵. جوراب ها بدون تاخوردگی و چروکیدگی پوشیده شوند.
۶. هنگام خواب، جوراب یا باند را بیرون بیاورید و قبل از برخاستن از بستر آن را بپوشید.
۷. رعایت برنامه هایی که باعث پیشگیری از بروز محدود ترومبوز وریدی عمقی می گردد مانند: پیاده روی، نوشیدن آب و کاهش وزن

## ترومبوز (لخته) وریدهای عمقی

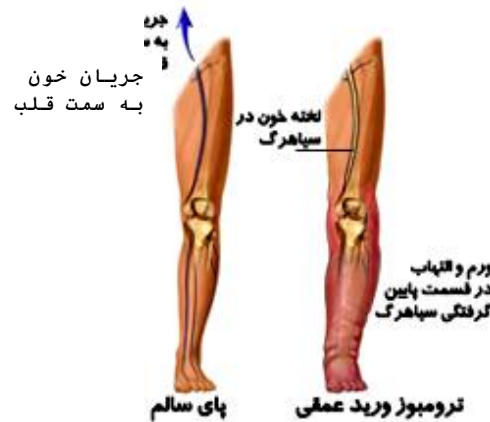
به معنای تشکیل لخته خونی در دیواره‌های داخلی یک سیاهرگ عمقی است که معمولاً در پشت ساق پا یا جلوی ران به وجود می‌آید. پیشرفت بیماری ممکن است باعث مسدود شدن نسبی یا کامل عروق خونی گردد. جدی‌ترین عوارض احتمالی آن آمبولی ریه است که به دنبال جدا شدن لخته و حرکت آن در مسیر جریان خون وانتقال به دستگاه گردش خون ریوی ایجاد می‌گردد.

### ترومبوز وریدی عمقی



## علائم بیماری ترومبوز وریدهای عمقی

حدود نیمی از بیماران مبتلا به ترومبوز وریدهای عمقی تا زمانی که رگهای بزرگ و اصلی مسدود نشوند، هیچ علامتی ندارند. سایر علائم عبارتند از درد، تورم، قرمزی، گرمی، تب خفیف و برجسته شدن رگهای سطحی یا در صورتی که لخته به سمت ارگانها حرکت کرده باشد، ممکن است برحسب ارگان، علائم دیگری مثل تنگی نفس، تاری دید، نابینایی و از دست دادن هوشیاری یا فلج اندامها و ... باشد.



اگر برای مدت زمان طولانی در یک جا نشسته‌اید و پاهایتان آویزان است، برای جلوگیری از ترومبوز وریدهای عمقی، کمی راه بروید.

## نکاتی در مورد استفاده از داروهای ضد انعقاد خون

### (وارفارین)

۱. در صورت نیاز، از ریش تراش برقی به جای تیغ استفاده شود.
۲. از مسواک نرم استفاده کنید.
۳. مصرف غذاهای پرچرب و سرشار از ویتامین K (کلم، پیاز، کاهو، اسفناج، شلغم، ماهی و جگر) را محدود نمایید؛ زیرا در جذب وارفارین تداخل ایجاد می‌کنند.
۴. کارت مصرف داروی ضد انعقاد را همیشه همراه داشته باشید.
۵. در صورت خونریزی از هر قسمت از بدن، مدفوع قیری و سیاه، سرگیجه، ضعف و بی حالی و رنگ پریدگی، خونریزی غیر طبیعی در سیکل‌های ماهیانه و کیودی غیر طبیعی به پزشک مراجعه نمایید.