

ترومبوز ورید عمقی به حالتی گفته می‌شود که لخته در رگ‌های عمقی پا تشکیل شود.

عوامل خطر زا

- آسیب به دیواره‌ی رگ (ضربه، جراحی، سیم)
- دستگاه ضربان‌ساز، کاتتر (لوله) رگ مرکزی)
- رکود خون (استراحت در بستر یا بی‌حرکتی، چاقی، واریس، سن بالای 65 سال، بارداری، سرطان)
- افزایش انعقاد پذیری
- مصرف قرص‌های بارداری

علائم

- گاهی بدون علامت
- درد شدید
- تورم، قرمزی، گرمی، حساسیت اندام مبتلا در لمس

عوارض احتمالی

- آمبولی ریه
- سکته‌ی مغزی
- سکته‌ی قلبی
- نارسایی مزمن وریدی

تشخیص

سونوگرافی داپلر ورید

درمان

- دارو درمانی: تجویز داروهای ضدانعقاد
- جراحی: برداشتن لخته، قرار دادن صافی داخل رگ



مراقبت در منزل

- در 5 تا 7 روز بعد از تشخیص، باید در بستر استراحت کنید و از کمپرس گرم و مرطوب در اندام مبتلا استفاده نمایید.
- پس از شروع حرکت، از جوراب‌های الاستیک فشاری استفاده شود. در هنگام شب جوراب‌ها خارج گردد و قبل از بلند شدن از بستر پوشیده شود؛ هنگام خارج کردن جوراب، پوست پا کاملاً بررسی شود.
- از پوشیدن لباس‌های تنگ و جوراب‌های کش‌دار پرهیز شود.
- از نشستن بیش از 2 ساعت و ایستادن طولانی مدت، اجتناب نمایید و در صورتی که مسافرت طولانی مدت انجام می‌دهید، هر 2 ساعت یک‌بار قدم بزنید و تغییر وضعیت دهید.
- اگر شغل شما به گونه‌ای است که نیاز به ایستادن‌های مداوم و طولانی مدت دارد، توصیه می‌شود که در فواصل کار به صورت مکرر نشست و پاهای را جابجا کرده و تکان دهید.
- هنگام استراحت در بستر، قسمت تحتانی پاها بالاتر از سطح قلب باشد و تمریناتی مثل خم کردن کف پا را انجام دهید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

مرکز آموزشی درمانی مستقل ولایت

ترومبوز ورید عمقی

DVT



تحت نظارت: دکتر مریم قرائتی

(فوق تخصص ریه)

دفتر پرستاری

واحد آموزش سلامت

بازنگری بهار 1405

- هیچ گونه دارو و یا مکمل غذایی را بدون مشورت پزشک مصرف نکنید.
- در صورت تجویز داروی وارفارین، پمفلت مربوط به آن را از پرستار خود دریافت نمایید.
- در صورت بروز علائم زیر به پزشک مراجعه نمایید:

- علایم آمبولی ریه
 - ❖ تنگی نفس
 - ❖ درد شدید در قفسه ی سینه
 - ❖ سرفه و دفع خلط خونی
- علائم نارسایی مزمن وریدی:
 - ❖ درد پا
 - ❖ ادم پا
 - ❖ تغییرات پوستی به صورت پوسته پوسته شدن یا قهوه ای رنگ شدن پوست
- خونریزی

در صورت داشتن سوال در منزل، 8 تا 14 با شماره تلفن 028-33790620-27 داخلی 5097 واحد آموزش سلامت تماس بگیرید .



- نکات تغذیه‌ای زیر را رعایت نمایید:
 - ❖ از مصرف غذاهای پر چرب و حاوی نمک فراوان اجتناب نمایید.
 - ❖ در صورتی که افزایش وزن دارید، از رژیم غذایی کم کالری، کم کربوهیدرات و کم چرب (مصرف کم غذاهای چرب، برنج، نان، سیب‌زمینی و شیرینی) استفاده شود.
- پوست پا را در معض گرما و سرمای شدید قرار ندهید.
- پوست پا را از نظر خشکی و زخم بررسی نمایید.
- در صورت بروز زخم به پزشک اطلاع داده شود.
- از خاراندن و ماساژ بی‌مورد پوست اجتناب شود.
- هر روز پاها را با آب گرم و صابون شستشو داده و بعد از شستن، پاها را خشک نمایید.
- از مصرف سیگار، دخانیات و الکل پرهیز نمایید.
- در صورت نیاز به اقدامات جراحی و دندانپزشکی، پزشک را از مصرف داروهای ضد انعقاد مطلع کنید.
- از اضطراب و استرس پرهیز کنید.
- جهت کنترل درد داروی مسکن تجویز می شود.
- داروی ضدانعقاد تجویز شده را هر روز و در ساعت معین استفاده نمایید .
- بدون اجازه‌ی پزشک میزان دارو را تغییر نداده و آن را قطع نکنید .
- آزمایش درخواست شده (PT) را به موقع انجام و جواب را به اطلاع برسانید.