



بیمارستان شهید دکتر قلی پور بوکان

## لخته در سیاهرگ های عمقی پا

**DVT**- Deep vein thrombosis



تهیه کننده:

سلیمان پوررشید

کارشناس ارشد پرستاری

سوپروایزر آموزش سلامت

چنور معروف پور

سرپرستار بخش داخلی زنان

تایید کننده:

دکتر محسن کریمی

متخصص داخلی



کد سند: HEUBQH 78/12

تاریخ تدوین: ۱۴۰۵/۰۲/۲۰

واحد آموزش پرستار و پیگیری: ۲۹۱

۰۴۴۶۶۳۳۰۷۰۱ - ۴

□ اطلاع رسانی به پزشک قبل از اقدامات پزشکی / دندانپزشکی

□ پرهیز از داروهای دارای ویتامین K ، آسپرین، بروفن، ناپروکسن، دیکلوفناک، مسهل ها

□ پرهیز از تزریق عضلانی و زیرجلدی  
□ مراقبت از کبودی و خونریزی؛ پیشگیری از سقوط

□ به جای تیغ از ریش تراش برقی استفاده کنید

□ طبق برنامه، آزمایش خون انجام دهید.

❖ مراجعه فوری به اورژانس در صورت بروز

علائم خطر مانند:

ضعف، سردرد، سرگیجه، درد معده، استفراغ

خونی، ادرار قرمز یا قهوه‌ای، خونریزی

بینی/لثه، مدفوع سیاه، سرفه خونی، تنگی

نفس، درد قفسه سینه، و علائم جدید

غیرقابل توجیه



Reference: Deep Vein Thrombosis (DVT) – mayo clinic 2023

▪ طبق دستور پزشک، روزانه پیاده روی کوتاه مدت داشته باشید.

▪ از ایستادن، نشستن و مسافرت طولانی مدت خودداری کنید. ( هر ۲ ساعت یکبار قدم بزنید و پاهای خود را تکان دهید).

▪ روزانه پاها را با آب و صابون شستشو داده و خشک کنید و پوست را از نظر خشکی و زخم بررسی کنید.

▪ از قرار دادن پوست پا در معرض گرما و سرمای شدید اجتناب کنید.

▪ از مصرف سیگار، دخانیات و الکل پرهیز کنید.

▪ اگر اضافه وزن دارید، وزن خود را کاهش دهید.

▪ از غذای چرب و پر نمک خودداری کرده و مایعات زیاد مصرف کنید.

نکات مهم در طول مدت مصرف داروهای ضد لخته

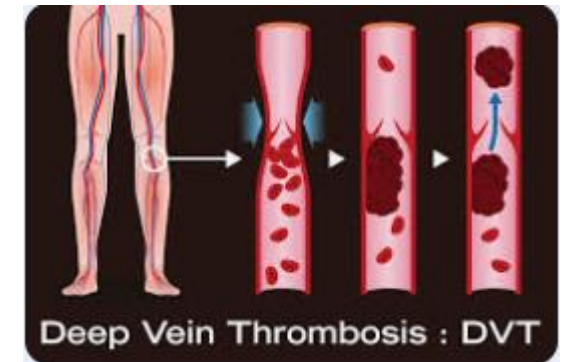
□ مصرف دقیق و به موقع داروها

(ممکن است تا ۶ ماه یا بیشتر نیاز باشد)

□ اطلاع پزشک پیش از مصرف هر دارویی (حتی گیاهی)

### ترومبوز ورید عمقی (DVT) چیست؟

لخته خونی است که معمولاً در سیاهرگ های عمقی ساق پا، ران یا لگن تشکیل می شود و ممکن است باعث انسداد رگ شده یا به سمت ریه ها حرکت کرده و باعث آمبولی ریه گردد؛ این وضعیت می تواند کشنده باشد. علائم آمبولی ریه شامل تنگی نفس، تند شدن ضربان قلب، درد قفسه سینه و سرفه خونی است. در صورت بروز این علائم، با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.



### چه افرادی بیشتر در معرض DVT قرار می گیرند؟

- ۸- افرادی که عمل جراحی شده اند خصوصاً جراحی شکستگی یا جراحی که با استراحت طولانی مدت همراه است.
- ۹- افرادی که طولانی مدت می خوابند یا می نشینند یا بی حرکت می ایستند.
- ۱۰- مسافرت و رانندگی طولانی مدت

### ۱- افراد چاق

۲- کسانی که نارسایی قلبی دارند.

۳- حاملگی، ماه اول پس از زایمان و مصرف

کنندگان قرص های ضد بارداری

۴- افراد مسن (بیش از ۶۵ سال)

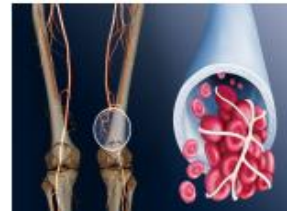
۵- ضربه و تصادفات و آسیب به سیاهرگ ها

و به طناب نخاعی

۶- سیگاری ها

۷- افراد مبتلا به سرطان

### روش تشخیص DVT



❖ معاینات پزشکی

❖ سونوگرافی

❖ آزمایشات

### علائم و نشانه های DVT

- گرم تر بودن پای مبتلا نسبت به پای سالم
- کبودی و قرمزی پای مبتلا
- ادم و تورم و احساس سنگینی در پای مبتلا که با نگاه و اندازه گیری مشخص است که دو پا با هم متقارن نیستند.
- احساس درد شدید به هنگام لمس
- خستگی و احساس ناخوشی و تب خفیف

### درمان:

### طبق دستور پزشک:

- ۱- جهت جلوگیری از حرکت لخته، استراحت مطلق داشته باشید.
- ۲- اندام مبتلا را روی بالش و بالاتر از سطح قلب قرار دهید.
- ۳- از جوراب الاستیک (جوراب ضد آمبولی) استفاده کنید. از جوراب کشاف بلند استفاده نکنید. شب جوراب را خارج و پوست پا را کاملاً بررسی کنید.



۴- داروی ضد لخته مصرف کنید.

- ۵- از خاراندن و ماساژ بی مورد پوست اجتناب کنید. (ممکن است باعث زخم یا حرکت لخته شود).

