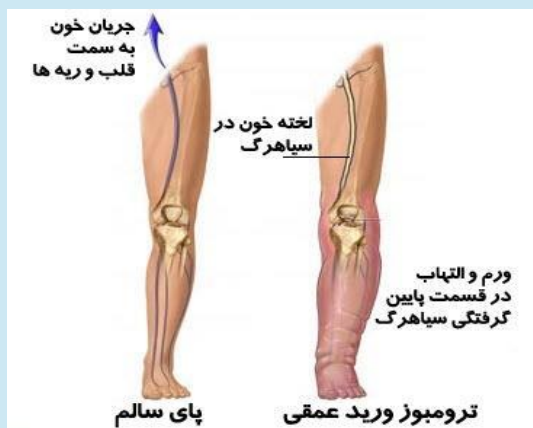


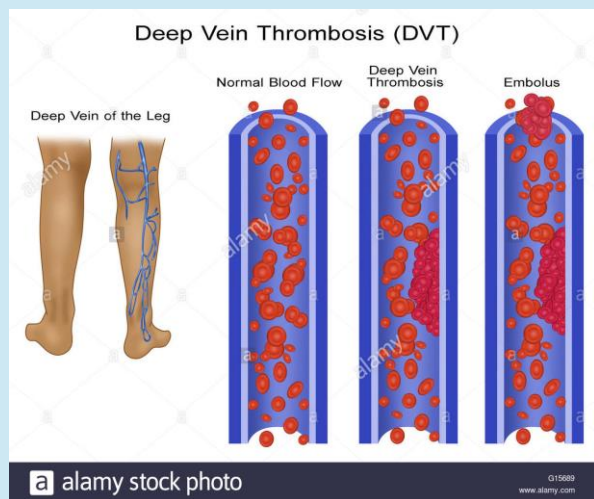
علائم و نشانه‌ها:

- ✓ 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.
- ✓ استفاده از کمپرس گرم و مرطوب روی اندام مبتلا مفید می‌باشد



عوامل افزایش خطر:

- ✓ پس از اعمال جراحی
- ✓ بیحرکتی و شکستگی‌ها
- ✓ تومورها یا بیماریهای بدخیم
- ✓ حاملگی
- ✓ استفاده از ضدبارداری‌های خوراکی
- ✓ طولانی شدن استراحت مطلق
- ✓ آمبولی ریوی قلبی
- ✓ نشستن‌های طولانی مدت و یا مسافرت طولانی
- ✓ افزایش سن
- ✓ چاقی
- ✓ داشتن بیماری ناتوان کننده
- ✓ ترومبوسیتوز

ترومبوز سیاهرگ 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 می‌کند. 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 می‌گردد. اگر چه ترومبوز وریدی (سیاهرگی) عمقی بیشتر در سیاهرگ‌های اندام تحتانی اتفاق می‌افتد، 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،

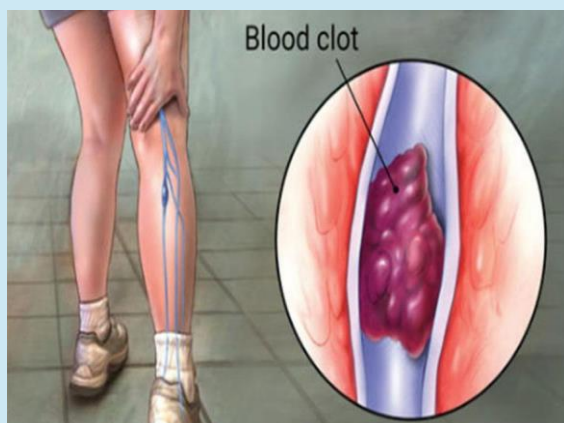
آمبولی ریوی است که به علت انتقال لخته خونی به گردش خون ریوی ایجاد می‌گردد. پیشگیری از آمبولی ریه مهمترین دلیل جهت درمان بیماران مبتلا به ترومبوز سیاهرگی عمقی است. چون ترومبوز در مراحل اولیه ممکن است سست و شکننده بوده به خوبی به دیواره عروق متصل نباشد، آمبولی ریوی ممکن است منجر به مرگ بیمار گردد.

علل:

- ✓ افزایش انعقاد خون
- ✓ رکود جریان خون
- ✓ ضایعه دیواره رگ

ترومبوز ورید عمقی

DVT



تهیه و تنظیم: دفتر آموزش سلامت

بازنگری: پاییز ۱۴۰۳

منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث

راهنمای بالینی پرستاری دکتر امامی رضوی و اعظم گیوری

- ✓ به منظور بهبودی و یکپارچگی پوست و حفظ تون عضلات و عروق مواد غذایی سرشار از پروتئین، ترجیحاً پروتئین-های گیاهی (عدس، سویا، نان گندم، غلات، حبوبات، مغزها یا گردو و بادام و ...) مصرف کنید.
- ✓ مصرف ویتامین C و مرکبات، روغن ماهی، دانه آفتابگردان، کنجد، چای سبز جهت رقیق کردن خون



در صورت بروز علائم زیر به پزشک یا اورژانس مراجعه کنید

- ✓ در صورت وجود درد، تورم، قرمزی، گرمی و حساسیت اندام مبتلا در لمس و کبودی روی پوست، تب و لرز، خستگی، زخم گلو، تهوع و استفراغ هر چه سریعتر به پزشک معالج مراجعه کنید.
- ✓ سفتی و سردی اندام می تواند نشانه پیشرفت بیماری باشد.

بیمارستان امام حسین (ع) شماره تماس: ۱۴-۳۲۳۴۲۰۰۰

✓ اندام بالاتر از سطح قلب قرار گیرد.

- ✓ 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 ...
- ✓ 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 لباس های تنگ، کمربند 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

امکان اجتناب شود

از مصرف زیاد مواد غذایی حاوی نمک، گوشت و لبنیات پرچرب، کره، سرشیر و نارگیل خودداری شود