



PM-A4-269-01

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران  
بیمارستان حضرت علی (ع)



### ع لایم و مشخصات:

اندام مبتلا متورم و کشیده و دردناک و نسبت به اندام متقابل اندازه ای بزرگ تر و در لمس گرم میاشدم. حساسیت در لمس گرم میاشد حساسیت در لمس و درد پشت ساق پا زمانی که پا سریع به عقب کشیده میشود. عارضه اصلی آن تخریب رگ و اختلال در گردش خون است.

### پیشگیری:

شناسایی بیماران در معرض خطر نظیر افرادی که دارای سابقه خانوادگی هستند استفاده از جورابهای الاستیکی تمرینات بدنی و اجتناب از بی تحرکی

### درمان:

هدف از درمان پیشگیری از رشد لخته و حرکت آن در رگ میباشد.

داروی انتخابی هپارین است که ابتدا از این دارو به صورت زیر جلدی استفاده میشود.

از سایر داروهای مصرفی وارفارین خوراکی و در نهایت جراحی میباشد.

### تعریف DVT :

ترومبوز وریدهای عمقی که یک بیماری در سیاهرگهای عمقی بدن است که در این بیماری به دلایلی لخته ای در دیواره رگها تشکیل میشود و موجب گرفتگی رگ و اختلال عملکرد آن و بازگشت خون از وریدها به قلب میشود که در اندامهای انتهایی شایع تر است. و شایع ترین محل رگ های عمیق در پا است. عوامل خطر ساز:

- 1) جراحی
- 2) صدمه موضعی به رگ ها
- 3) استراحت در بستر و بی تحرکی
- 4) چاقی
- 5) تاریخچه واریس
- 6) سن بالای 65 سال
- 7) بارداری و مصرف قرص های ضد بارداری خوراکی
- 8) مصرف سیگار



دانشگاه علوم پزشکی شیراز  
بیمارستان حضرت علی اصغر (ع)

### ترومبوز وریدهای عمقی (آموزش به بیمار)

تهیه کننده:

مژگان قائد شرف

کارشناس پرستاری

1395

ویرایش دوم بهار 98



PM-A4-269-01

### آموزش به بیمار:

- 1- اگر بیمار تحت درمان با داروهای ضد انعقاد باشد بایستی به صورت روتین بیمار آزمایشات خون خود را انجام دهد و گبق دستور پزشک روند درمانی خود را طی نماید
- 2- استفاده از جورابهای الاستیکی که از مچ پا تا زانو کشیده میشود ولی باید به این نکته توجه داشته باشند که در بالای جوراب زیاد تنگ نباشد که مانع خون رسانی به پا شود
- 3- بایستی جورابها هنگام شب و خواب درآورده شود و صبح مجدداً پوشیده شود
- 4- استراحت کافی جهت کاهش درد
- 5- بالا بودن اندام مبتلا از سطح قلب
- 6- دریافت ضد درد برای کاهش درد اندام مبتلا
- 7- استفاده از کمپرس گرم در اندام مبتلا جهت کاهش درد
- 8- تمرینات در بستر نظیر خم کردن کف پاها

- 9- هنگام خارج کردن جوراب پوست را از نظر نشانه های تحریک ساق پا از نظر حساسیت به لمس و هر گونه تغییراتی در پوست بررسی شود
- 10- احتیاطات لازم را هنگام انجام فعالیتها رعایت کند و مواظب باشد که زخمی در بدن ایجاد نشود.
- 11- استفاده از مسواک و برس نرم و جلوگیری از صدمه
- 12- اجتناب از کارهای تهاجمی
- 13- قدم زدن
- 14- اجتناب از نشستن و ایستادن به مدت طولانی
- 15- انجام ورزشهای فعال و غیر فعال پا هنگام استراحت در تخت
- 16- انجام تنفس عمیق
- 17- مصرف داروهای ضد انعقاد در موعد مقرر
- 18- کارت شناسایی، مربوط به دریافت ضد

- 19- از مصرف خودسرانه داروهای دیگر بدون تجویز پزشک خودداری نمایند
  - 20- بدون مشورت پزشک وارفارین را قطع یا مصرف نکنند
  - 21- هنگام انجام سایر درمانها مثل دندان پزشکی حتماً پزشک را از مصرف داروهای ضد انعقاد مطلع سازد
  - 22- در صورت بروز هر یک از نشانه های زیر فوراً پزشک را مطلع سازید:  
- غش سر گیجه یا تشدید ضعف  
- سر درد و درد شدید شکم  
- ادرار قرمز یا قهوه ایی رنگ  
- هر گونه خونریزی مانند بریدگی که خونریزی آن متوقف نشود مانند خونریزی از بینی یا هر نقطه ای از بدن  
- بشورات و ضایعات در پوست
  - 23- در زنان در صورت مشکوک به بارداری پزشک را مطلع سازید.
- منبع: برونر سوارث 2018.  
تایید کننده: دکتر مریم زمانی - متخصص داخلی