



Zašto trebate znati nešto o trombu

Ako vam se stvori tromb u nozi, može utjecati na protok krvi i mogu nastati jaki bolovi i otok. Također može izazvati do trajnog oštećenja noge.

Ako se stvori tromb, dio njega može dospjeti u pluća kroz vene i blokirati dotok krvi. Ako pluća nemaju krvi, ne mogu slati kisik u ostale dijelove tijela. Može doći do teškoća u disanju ili, u rijetkim slučajevima, do smrti.

Tretman će smanjiti mogućnost stvaranja tromba za oko dvije trećine¹.

Slijedeći popis navodi glavne stvari koje predstavljaju rizik od tromboze dubokih vena (DVT) i plućne embolije (PE) dok ste u bolnici:

- > veća ozlijeđa (fizička povreda)
- > akutna njega
- > umjetni kuk ili koljeno
- > dulja operacija
- > moždani udar
- > srčana insuficijencija
- > rak
- > ozbiljno plućno oboljenje
- > ozbiljna infekcija ili upala
- > Ako ste prije već imali DVT.

¹Radna skupina Australije i Novog Zelanda za postupke i sprečavanje venozne tromboembolije (2005.). Sprečavanje venozne tromboembolije: Smjernice za praktičku primjenu za Australiju i Novi Zeland. Treće izdanje.

SPRIJEČITE TROMB

Više informacija

Za više informacija o sprečavanju stvaranja tromba, posjetite:

www.nhmrc.gov.au/nics

i slijedite veze do 'Programi' i 'Sprečavanja venozne tromboembolije'.

Prijevod tih informacija su na raspolaganju i na arapskom, kineskom, hrvatskom, grčkom, talijanskom, makedonskom, poljskom, srpskom, španjolskom, turskom i vijetnamskom. Tražite od medicinske sestre ili posjetite gornju internet stranicu.

NACIONALNI INSTITUT ZA KLINIČKA ISTRAŽIVANJA

Ovu brošuru je sastavio Nacionalni institut za klinička istraživanja (NICS) u okviru nacionalnog programa da bi poboljšao sprečavanje stvaranja tromba kod bolničkih pacijenata. NICS je institut Nacionalnog savjeta za zdravstvena i medicinska istraživanja (NHMRC), vrhunskog australskog tijela za pružanje pomoći za zdravstvena i medicinska istraživanja.



SPRIJEČITE TROMB

Kako možete smanjiti rizik od stvaranja tromba u nogama ili plućima

TROMBOZA U DUBOKIM VENAMA I PLUĆNA EMBOLIJA

Ovu brošuru ste dobili zato što kod vas možda postoji rizik od stvaranja tromba u nogama ili plućima. Ako dobijete tromb, može doći do trajne povrede ili, u rijetkim slučajevima, do smrti.

Da biste smanjili rizik, morate:

PITATI i POSTUPATI

Ovaj list vam objašnjava što trebate pitati i kako trebate postupiti.



Australian Government

National Health and
Medical Research Council



Što će učiniti vaš tim zdravstvenih djelatnika

Po dolasku u bolnicu, procijenit će se rizik od stvaranja tromba u nogama ili plućima. Koliki je rizik kod vas, ovisit će o:

- > vašim godinama starosti
- > razlogu iz kojega ste u bolnici
- > drugim zdravstvenim problemima koje imate ili ste prije imali.

Pitajte svog liječnika ili medicinsku sestru koliki je kod vas rizik od stvaranja tromba.

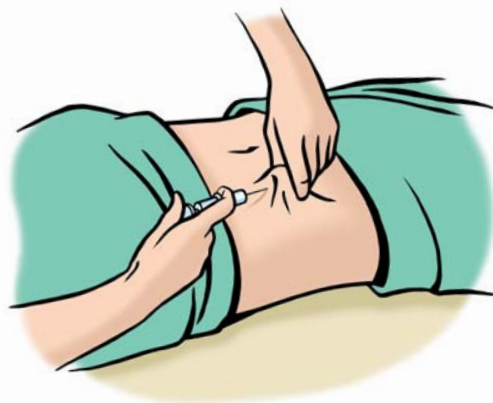
Ako kod vas postoji rizik, tim zdravstvenih djelatnika razgovarat će s vama o tretmanu. Tretman može uključiti:

- > nošenje kompresionih čarapa
- > korištenje kompresione pumpe za donji dio nogu
- > uzimanje tableta ili primanje injekcija koje pomažu sprečavanju tromba
- > blage vježbe za stopala i noge u krevetu
- > ustajanje iz kreveta i hodanje, čim prije.



Neki od ovih tretmana neće odgovarati nekim osobama. Ako je kod vas rizik veliki, tim zdravstvenih djelatnika će vam možda preporučiti intenzivniji tretman.

Pitajte liječnika ili medicinsku sestru kakve tretmane za vas preporučuju.



Što vi morate raditi

Vi morate pomoći timu zdravstvenih djelatnika da smanje rizik od stvaranja tromba kod vas.

Dok ste u bolnici, morate:

- 1. provjeriti je li dobivate tablete ili injekcije koje je liječnik prepisao da se smanji rizik**
- 2. držite na sebi kompresione čarape**
- 3. izbjegavate dugo sjedenje ili ležanje u krevetu**
- 4. prošetati onoliko često koliko vam je to liječnik savjetovao.**

Prije nego odete iz bolnice, pitajte liječnika ili medicinsku sestru što trebate raditi kada odete doma. Trebate saznati:

- > koliko dugo još morate nositi kompresione čarape
- > trebate li uzimati neke lijekove
- > koje fizičke aktivnosti trebate obavljati
- > trebate li izbjegavati alkohol
- > što još možete učiniti vi i vaša obitelj da smanjite rizik od stvaranja tromba.

Na što trebate paziti

Ako budete osjetili bilo što od slijedećeg dok ste u bolnici, pozovite sestru

- > bolove ili otjecanje nogu
- > bol u plućima ili u prsnom košu
- > teškoće s disanjem.

Ako budete imali bilo koje od tih znakova poslije odlaska iz bolnice, odmah nazovite svog liječnika ili idite na Hitni odjel bilo koje bolnice.

