Зошто треба да знаете за згрутчувањата

Ако тромбот се формирал во нога, тоа влијае на протокот на крвта и предизвикува остри болки и потење. Може да предизвика и трајно оштетување на ногата.

Ако тромбот се формирал во нога, тоа влијае на протокот на крвта и предизвикува остри болки и потење. Може да предизвика и трајно оштетување на ногата.

Терапијата ќе го намали ризикот од згрутчување на крвта за две третини[1].

Следниот список ги покажува главните работи што Ве изложуваат на ризик од венска тромбоза (ДВТ) и белодробна емболија (БЕ) додека сте во болница:

> голема траума (физичка повреда)
> критична нега
> замена на колк или колено
> пролонгирана операција
> удар
> откажување на срцевата работа
> рак
> сериозно белодробно заболување
> тешка инфекција или воспаление
> боледување од ДВТ во минатото.

[1]Работничката партија на Австралија и Нов Зеланд во однос на справување и спречување на венски тромбоемболизам (2005). Превенција на венски тромбоемболизам: најдобри практични упатства за Австралија и Нов Зеланд. Трето издание.

Повеќе информации

За повеќе информации за превенција на крвни згрутчувања, посетете ја страницата:

www.nhmrc.gov.au/nics

и следете ги линковите до „Програми“ и „Превенција на венски тромбоемболизам“.

Превод на оваа информација е достапна и на арапски, кинески, хрватски, грчки, италијански, македонски, полски, српски, шпански, турски и виетнамски. Прашајте ја сестрата или посетете на горепосочената страница.

НАЦИОНАЛЕН ИНСТИТУТ ЗА КЛИНИЧКИ ИСТРАЖУВАЊА

Оваа брошура ја подготви Националниот институт за клинички истражувања (NICS) како дел од националната програма за подобрување на превенцијата од крвни згрутчувања кај хоспитализирани пациенти. NICS е институт на Советот за национално здравство и медицинско истражување (NHMRC), најважниот орган во Австралија за поддршка на здравствените и медицинските истражувања.

СПРЕЧЕТЕ ГО ЗГРУТЧУВАЊЕТО

Намалување на ризикот од згрутчување на крвта во нозете или белите дробови

ДЛАБОКА ВЕНСКА ТРОМБОЗА И БЕЛОДРОБНА ЕМБОЛИЈА

Ја добивте оваа брошура бидејќи постои ризик од згрутчување на крв во нозете или белите дробови при што може да страдате од трајни оштетувања, или во ретки случаи да дојде и до смрт.

За да го намалите ризикот, мора:

ДА ПРАШАТЕ И ДА ДЕЈСТВУВАТЕ

Оваа брошура ќе ви покаже што да прашате и како да постапите.

Australian Government
National Health and Medical Research Council

СПРЕЧЕТЕ ГО ЗГРУТЧУВАЊЕТО

Што треба да стори вашиот медицински тим

Штом ќе пристигнете во болница, ќе се процени ризикот од формирање на тромбови во нозете или белите дробови. Нивото на ризик зависи од:

> возраста
> причината заради која сте примени во болница
> сите други здравствени проблеми што ги имате или сте ги имале во минатото.

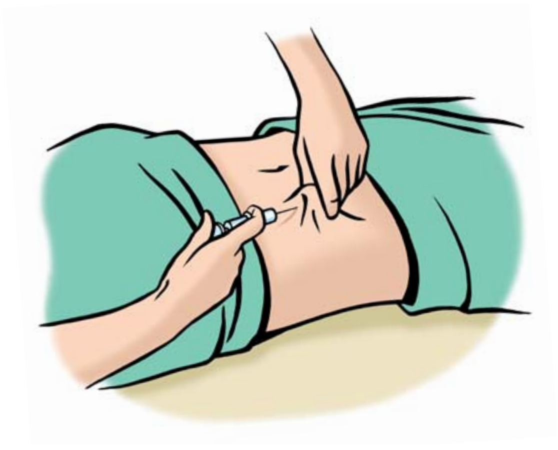
Прашајте ги докторот или сестрата за вашето ниво на ризик од формирање тромбови.

Ако сте изложени на ризик, вашиот медицински тим со вас ќе ги разгледа сите опции за терапија Терапијата може да опфаќа:

> носење еластични чорапи
> употреба на компресивна пумпа за долниот дел од нозете
> земање апчиња или инекции за спречување згрутчување на крвта
> лесни вежби за нозете и стопалата во кревет
> станување од кревет и шетање што е можно поскоро.

Некои од овие третмани не се соодветни за некои луѓе. Ако кај вас постои голем ризик, медицинскиот тим може да препорача поинтензивна терапија.

Прашајте ги докторот или сестрата за тоа кои терапии ви ги препорачуваат.



Што мора да сторите

Мора да му помогнете на медицинскиот тим да го намалат ризикот од згрутчување на крвта.

Додека сте во болница, мора:

1. да земате апчиња или инекции што ќе ви ги препише докторот за намалување на ризикот
2. постојано да носите еластични чорапи
3. да избегнувате подолго седење или лежење во кревет
4. да шетате како што ќе ви советува докторот.

Пред да излезете од болница, прашајте ги докторот или сестрата што треба да правите во домашни услови. Дознајте:

> колку долго треба да ги носите еластичните чорапи
> дали треба да земате лекарства
> каква физичка активност да правите
> дали треба да избегнувате алкохол
> што друго треба да сторите вие или вашето семејство за намалување на ризикот од згрутчување на крвта.

На што треба да внимавате

Ако искусите нешто од следново додека сте во болница, повикајте ја веднаш сестрата:

> **болка или отекување на нозете**
> **болка во градите или градниот кош**
> **отежнато дишење**

Ако ги забележите следниве знаци откако сте излегле од болница, јавете му се веднаш на докторот или отидете веднаш до Службата за итна помош во која било болница.