



НЕ ДАДИМ ТРОМБОЗУ ШАНСОВ

Почему вам нужно знать о тромбозе

Если кровяной сгусток образовывается в сосуде ноги, это может повлиять на кровоток и стать причиной сильной боли и опухания. Также данный процесс способен вызвать необратимые повреждения в конечностях.

При формировании кровяных тромбов некоторые из них могут перемещаться по венам и попадать в легкие, блокируя их снабжение кровью. Не получая кровь, ваши легкие не могут обеспечивать кислородом остальные части тела. Возможно затруднение дыхания или, в редких случаях, смерть.

Лечение снизит вероятность возникновения тромбов приблизительно на две трети¹.

В следующем перечне представлены основные факторы, определяющие риск тромбоза глубоких вен и легочной эмболии во время вашего пребывания в больнице:

- > тяжелая травма (физическое повреждение)
- > лечение критических состояний
- > замещение бедренного или коленного суставов
- > продолжительное хирургическое вмешательство
- > инсульт
- > сердечная недостаточность
- > рак
- > тяжелое легочное заболевание
- > тяжелая инфекция или воспаление
- > наличие тромбоза глубоких вен в прошлом.

¹Рабочая группа Австралии и Новой Зеландии по управлению и профилактике венозной тромбоэмболии (2005). Профилактика венозной тромбоэмболии: Руководство по передовой практике для Австралии и Новой Зеландии. Третье издание.

Дополнительная информация

За дополнительной информацией по предупреждению возникновения тромбоза обращайтесь:

www.nhmrc.gov.au/nics

и следуйте по ссылкам на 'Программы' и 'Профилактика венозной тромбоэмболии'

Перевод данной информации также доступен на арабском, китайском, хорватском, греческом, итальянском, македонском, польском, сербском, испанском, турецком и вьетнамском языках. Спрашивайте у своей медицинской сестры или посетите вышеуказанный сайт.

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ КЛИНИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Эта брошюра была разработана Национальным институтом клинических исследований (NICS), в рамках национальной программы улучшения профилактики тромбозов у госпитализированных пациентов. NICS является институтом Национального совета здоровья и медицинских исследований (NHMRC) – основного органа в Австралии по поддержке здоровья и медицинских исследований.



НЕ ДАДИМ ТРОМБОЗУ ШАНСОВ

Как снизить риск образования кровяных тромбов в ногах или легких

ТРОМБОЗ ГЛУБОКИХ ВЕН И ЭМБОЛИЯ ЛЕГКИХ

Вам дали эту брошюру, потому что, возможно, вы находитесь в группе риска формирования кровяных тромбов в ногах и легких. Если сгусток крови закупорит сосуд, это может привести к инвалидности или, в редких случаях, к смерти.

Чтобы уменьшить риск, вы должны:

СПРАШИВАТЬ И ДЕЙСТВОВАТЬ

Данный информационный листок расскажет вам, что спрашивать и как действовать.



Australian Government

National Health and
Medical Research Council



Что будут делать медицинские работники

После вашего поступления в лечебное учреждение будет проведена оценка риска образования кровяных тромбов в сосудах ног или легких. Ваш уровень риска зависит от:

- > возраста
- > причины, по которой вы оказались в больнице
- > каких-либо других проблем со здоровьем, имеющих сейчас или наблюдавшихся в прошлом.

Спросите врача или медицинскую сестру об уровне риска развития у вас кровяных тромбов.

Если вы относитесь к группе риска, медицинский персонал обсудит с вами варианты лечения. Лечение может включать:

- > ношение сдавливающих эластичных чулок
- > использование специального компрессора и манжет для нижних конечностей

- > прием таблеток и выполнение инъекций с целью профилактики образования кровяных сгустков

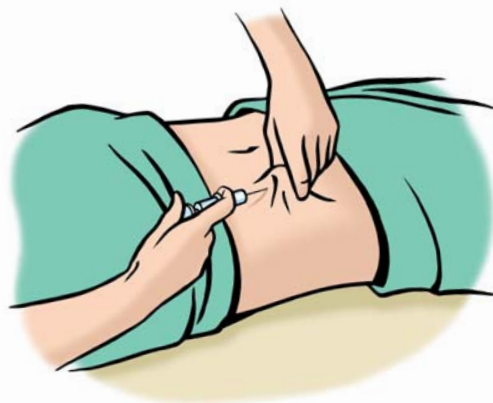
- > осторожное выполнение в постели упражнений для ступней и ног в целом

- > отказ от постельного режима в минимально возможные сроки и двигательную активность.



Некоторые из этих мероприятий не подходят определенным людям. Если вы имеете высокие показатели риска, медицинский персонал может посоветовать более интенсивную терапию.

Поинтересуйтесь у врача или медицинской сестры относительно рекомендуемого вам лечения.



Что вы должны делать

Вам необходимо помочь медицинским работникам снизить риск формирования тромбов.

Находясь в лечебном учреждении, вы должны:

- 1. принимать все таблетки или инъекции, предписанные доктором для уменьшения риска тромбоза**
- 2. носить сдавливающие эластичные чулки**
- 3. стараться долго не сидеть или лежать в постели**
- 4. ходить столько, сколько советует врач.**

Перед выпиской из больницы, расспросите врача или медицинскую сестру, что делать дома. Узнайте:

- > как долго носить сдавливающие чулки
- > следует ли вам принимать какие-либо медикаменты
- > какой должна быть ваша физическая активность
- > необходимо ли избегать употребления алкоголя
- > что еще вы и ваша семья могут сделать для уменьшения риска образования тромбов.

За чем следует следить

Если вы, находясь в больнице, чувствуете что-либо из перечисленного ниже, немедленно звоните медицинской сестре:

- > боль или опухание ног
- > боль в легких или груди
- > затруднение дыхания.

Если любой из данных симптомов обнаруживается после выписки из лечебного учреждения, незамедлительно звоните своему врачу или обращайтесь непосредственно в отделение неотложной помощи какой-либо больницы.

