



Tại sao quý vị cần biết về đông máu

Nếu có hình thành máu đông ở chân, nó có thể ảnh hưởng đến dòng máu, và gây đau và sưng nặng. Nó còn có thể gây hư hại chân vĩnh viễn.

Nếu có hình thành máu đông, một lượng máu có thể đi qua tĩnh mạch đến phổi và chặn nguồn cung cấp máu của phổi. Không có máu, phổi không thể chuyển oxy đến phần còn lại của cơ thể. Quý vị có thể bị khó thở hoặc trong một số ít trường hợp, có thể chết.

Việc điều trị có thể giảm nguy cơ đông máu đến khoảng hai phần ba¹.

Danh sách sau đây cho biết những điều chính yếu gây nguy cơ tắc nghẽn tĩnh mạch sâu (DVT) và tắc mạch phổi (PE) trong khi quý vị đang nằm bệnh viện:

- > tổn thương lớn (chấn thương thể chất)
- > chăm sóc đặc biệt
- > thay hông hay gối
- > phẫu thuật kéo dài
- > đột quỵ
- > suy tim
- > ung thư
- > bệnh phổi nặng
- > viêm nhiễm nặng
- > bị DVT trong quá khứ.

¹Đảng Hành Động Úc và Tân Tây Lan về việc Quản Lý và Ngăn Ngừa Tắc Nghẽn Tĩnh Mạch (2005). Ngăn ngừa tắc nghẽn tĩnh mạch: những hướng dẫn thực hành tốt nhất cho Úc và Tân Tây Lan. Ấn Bản thứ Ba.

NGỪNG MÁU ĐÔNG

Thông tin thêm

Để có thêm thông tin về việc ngăn ngừa đông máu, hãy xem:

www.nhmrc.gov.au/nics

và theo đường liên kết đến phần 'Programs' và 'Venous Thromboembolism Prevention'.

Bản dịch thông tin này còn lưu hành bằng các thứ tiếng Ả Rập, Hoa, Croatia, Hy Lạp, Ý, Macedonia, Ba Lan, Serbia, Tây Ban Nha, Thổ Nhĩ Kỳ và Việt. Hãy hỏi y tá của quý vị hoặc xem trang web ở trên.

VIỆN NGHIÊN CỨU LÂM SÀNG QUỐC GIA

Tờ gấp này đã được phát triển bởi Viện Nghiên Cứu Lâm Sàng Quốc Gia (NICS) như một phần của chương trình quốc gia nhằm cải thiện việc ngăn ngừa chứng đông máu ở những bệnh nhân nằm viện. NICS là một viện thuộc Hội Đồng Nghiên Cứu Y Khoa và Sức Khỏe Quốc Gia (NHMRC), cơ quan tối cao của Úc về hỗ trợ nghiên cứu về y khoa và sức khỏe.



NGỪNG MÁU ĐÔNG

Giảm nguy cơ đông máu ở chân hay phổi quý vị

CHỨNG NGHẼN TĨNH MẠCH SÂU VÀ TẮC MẠCH PHỔI

Quý vị đã được cấp tờ gấp này vì quý vị có thể bị nguy cơ hình thành một cục máu đông ở chân hoặc phổi. Nếu bị máu đông, quý vị có thể bị tổn thương vĩnh viễn hoặc đôi khi tử vong.

Để giảm nguy cơ này, quý vị phải:

HỎI và HÀNH ĐỘNG

Tờ này cho quý vị biết phải hỏi gì và hành động ra sao.



Australian Government

National Health and
Medical Research Council



Nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị sẽ làm gì

Sau khi quý vị nhập viện, nguy cơ hình thành máu đông ở chân hay phổi quý vị sẽ được thăm định. Mức độ nguy cơ của quý vị sẽ phụ thuộc vào:

- > tuổi quý vị
- > lý do quý vị nhập viện
- > mọi vấn đề sức khỏe quý vị bị hay đã bị trước đây.

Hãy hỏi bác sĩ hay y tá của quý vị về mức độ nguy cơ tạo máu đông.

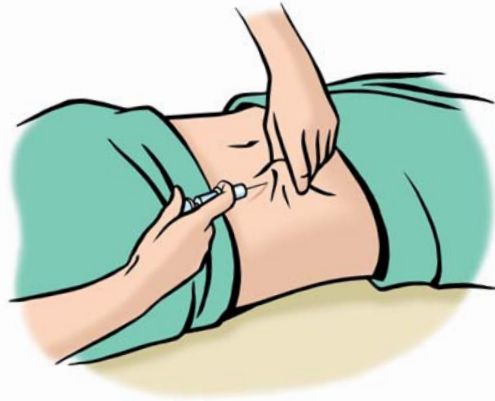
Nếu quý vị có nguy cơ, nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị sẽ thảo luận các phương án điều trị cùng quý vị. Việc điều trị có thể bao gồm:

- > mang vớ chít
- > dùng một bơm nén ở hai cẳng chân
- > dùng thuốc viên hay tiêm để giúp ngăn đông máu
- > nhẹ nhàng sử dụng bàn chân và chằng chân trên giường
- > ra khỏi giường và đi bộ càng sớm càng tốt.



Một số việc điều trị này không thích hợp với một số người. Nếu quý vị có nguy cơ cao, nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị có thể kiến nghị điều trị chuyên sâu thêm.

Hỏi bác sĩ hay y tá của quý vị xem họ kiến nghị điều trị ra sao cho quý vị.



Quý vị phải làm gì

Quý vị phải giúp nhóm chăm sóc sức khỏe của mình giảm bớt nguy cơ hình thành máu đông.

Trong khi đang nằm viện, quý vị phải:

1. **Đảm bảo quý vị được uống hay tiêm thuốc mà bác sĩ của quý vị đã cho toa để giảm bớt nguy cơ của quý vị**
2. **luôn mang vớ chít**
3. **tránh ngồi hay nằm lâu trên giường**
4. **đi bộ thường xuyên theo lời khuyên của bác sĩ.**

Trước khi xuất viện, hãy hỏi bác sĩ hay y tá của quý vị những gì phải làm khi về nhà. Hỏi xem:

- > cách mang vớ chít
- > quý vị có phải dùng thuốc gì không
- > quý vị cần có các hoạt động thể chất nào
- > quý vị có cần tránh dùng rượu không
- > còn việc gì khác quý vị và gia đình có thể làm để giảm nguy cơ đông máu không.

Những điều cần theo dõi

Nếu quý vị gặp bất cứ điều nào sau đây trong khi đang nằm viện, hãy gọi y tá ngay:

- > đau hay sưng ở chân
- > đau ở phổi hay ngực
- > khó thở.

Nếu bị bất cứ dấu hiệu nào như vậy sau khi xuất viện, hãy gọi ngay bác sĩ hoặc đến thẳng Khoa Cấp Cứu thuộc bất cứ bệnh viện nào.

