პაციენტის და მომვლელის სწავლება

სისხლის თრომბების შესახებ

ეს ინფორმაცია აღწერს, თუ რა არის სისხლის თრომბი და როგორ მკურნალობენ მას.

ნორმალური სისხლის კოლტები ფორმირდება სისხლძარღვებში, როდესაც პლატელეტების (სისხლის უჯრედების ტიპი) ჯგუფი იყრის თავს, რომ შეჩერდეს სისხლდენა, როდესაც ჭრილობა ან დაზიანება გაქვთ. როდესაც ჭრილობა ან დაზიანებები შეხორცდება, თქვენი სხეული მოიშორებს სისხლის კოლტს. სისხლის კოლტები შეიძლება ჩამოყალიბდეს თქვენს სხეულში ნებისმიერ ადგილას.

სისხლის თრომბები შეიძლება ასევე წარმოიქმნას ჯანმრთელ სისხლძარღვებში, როდესაც ისინი არ არის საჭირო. ამას ეწოდება პათოლოგიური (ანომალიური) სისხლის კოლტები. ანომალიურმა სისხლის კოლტებმა შეიძლება ჯანმრთელობის სერიოზული პრობლემები გამოიწვიონ.

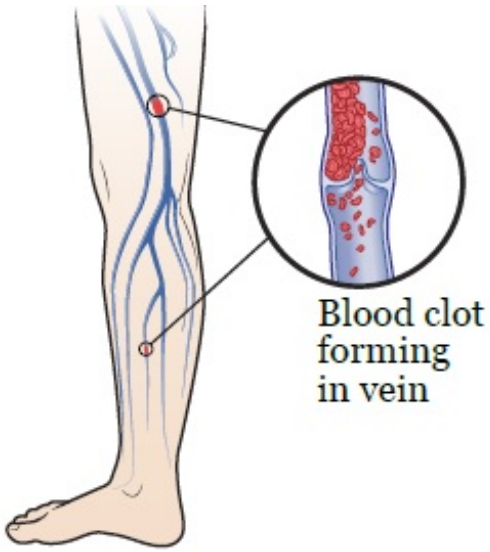
სისხლის თრომბების სახეები

არსებობს 2 ტიპის თრომბები, რომლებიც შეიძლება

საშიში იყოს: ღრმა ვენების თრომბოზი და ფილტვის ემბოლია.

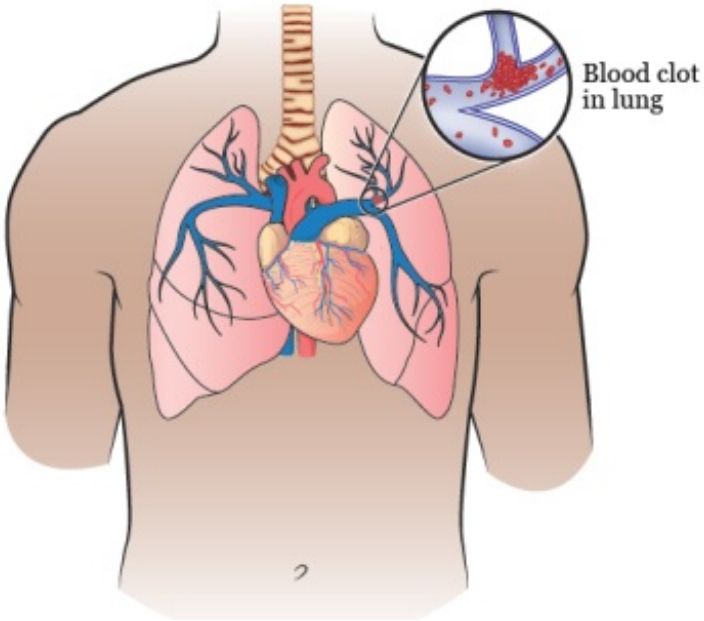
ღრმა ვენების თრომბოზი (DVT)

ღრმა ვენების თრომბოზი (DVT) შეიძლება ჩამოყალიბდეს მაშინ, როდესაც სისხლი ანომალიურად დედდება სხეულის ღრმა ვენაში, ჩვეულებრივ მკლავში ან ფეხში (იხ. სურათი 1). თრომბმა შეიძლება ზეგავლენა მოახდინოს სისხლის ნორმალურ მიმოქცევაზე და გამოიწვიოს შეშუპება, სიწითლე და ტკივილი მის მიდამოში. თუ თრომბს არ უმკურნალეთ, შეიძლება წარმოიქმნას სისხლის ახალი კოლტები. თრომბი ასევე შეიძლება დაიშალოს და მისი ნაშალი გავრცელდეს თქვენი სხეულის სხვა ნაწილებში. მსგავსმა მოვლენებმა შეიძლება გააუარესოს შეშუპება და ტკივილი და გამოიწვიოს სიარულის პრობლემები, ინფექცია ან კანის წყლულები (იარები).



ფეხის ღრმა ვენების თრომბოზი (DVT)

ფილტვის ემბოლია (PE)



სურათი 2. ფილტვის ემბოლია (PE)

ფილტვის ემბოლია (PE) შეიძლება განვითარდეს მაშინ, როდესაც სისხლის პათოლოგიური კოლტი ბლოკავს სისხლის ნაკადს თქვენი ფილტვის სისხლძარღვებში (იხ. სურათი 2). უმეტეს შემთხვევაში, ეს ხდება მაშინ, როდესაც თქვენი ფეხის ღრმა ვენაში სისხლის თრომბი იშლება და ნაშალი მიემართება ფილტვებისკენ. ფილტვის ემბოლიამ (PE) შეიძლება ხელი შეუშალოს თქვენს სხეულს, რომ მიიღოს საკმარისი ჟანგბადი.

თუ თქვენ ჩამოგიყალიბდათ ფილტვის ემბოლია (PE), მაშინ თქვენ შეიძლება გქონდეთ:

- სუნთქვის გაძნელება
- მკერდის ტკივილი
- გულისცემის აჩქარება
- ფერმკრთალი ან ლურჯი ფერის კანი

ფილტვის ემბოლიამ (PE) შეიძლება გამოიწვიოს სიკვდილი, თუ სიმპტომებს სწრაფად არ უმკურნალებთ.

სისხლის თრომბის რისკის ფაქტორები

ზოგიერთმა ფაქტორმა შეიძლება გაზარდოს თრომბის წარმოქმნის რისკი. რისკის ფაქტორები მოიცავს:

- ხშირი უმოძრაობა. ეს იმიტომ ხდება, რომ სისხლი

უფრო ნელა მიედინება ღრმა ვენებში, როცა არ მოძრაობთ, რამაც შეიძლება გამოიწვიოს მისი შედედება.

- ცოტა ხნის წინ გადატანილი ქირურგიული ოპერაცია. ეს იმიტომ ხდება, რომ ზოგიერთმა ქირურგიულმა ოპერაციამ შეიძლება გამოიწვიოს თქვენი სისხლის გასქელება, ან სისხლი შეიძლება დაგროვდეს, თუ ოპერაცია ხანგრძლივად მიმდინარეობს და უმოძრაოდ ხართ.
- სიმსივნური დაავადების ქონა
- ცენტრალური ვენური კათეტერის (CVC) ქონა
- ჰოსპიტალიზაცია
- დაშავება
- ფეხმძიმობა
- ჩასახვის საწინააღმდეგო საშუალებების მიღება ან იმგვარი ჰორმონის ჩანაცვლებითი თერაპია, რომელიც შეიცავს ესტროგენს
- ჭარბი წონა
- სისხლის თრომბის შემთხვევა ოჯახურ ისტორიაში
- მოწევა

სანამ ჰოსპიტალიზებული ხართ, შეიძლება ერთდროულად გქონდეთ 1-ზე მეტი რისკის ფაქტორი.

სისხლის თრომბების შედედების სიმპტომები

სისხლის კოლტებს შეუძლიათ შეამცირონ სისხლის მიმოქცევა მთელ სხეულში. ზოგჯერ, სისხლის კოლტის მქონე ადამიანები არ გრძნობენ რაიმე სიმპტომს, სანამ პრობლემა არ გახდება სიცოცხლისთვის საშიში.

სისხლის თრომბების შედედების სიმპტომები მოიცავენ:

- უეცარი ტკივილი და შეშუპება 1 მკლავში ან ფეხში
- სიარულის პრობლემა შეშუპებისა და ტკივილის გამო
- მკერდის მწვავე ტკივილი
- გულისცემის აჩქარება
- სუნთქვის გაძნელება
- მუცლის მწვავე ტკივილი ღებინებასთან (გულისრევა) ერთად ან მის გარეშე და ფაღარათი (თხიერი ან წლყისმაგვარი განავალი)
- ფერმკრთალი ან ლურჯი ფერის კანი

სასწრაფოდ დაურეკეთ თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერს, თუ შეამჩნევთ სისხლის თრომბის შედედების რაიმე სიმპტომს.

სისხლის თრომბების დიაგნოსტიკა

ვინაიდან ზოგიერთ ადამიანს არ აღენიშნება თრომბის სიმპტომები, ხშირად სისხლის კოლტების შედედება ვლინდება მაშინ, როდესაც თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერი სხვა რამეს იკვლევს, მაგალითად, როდესაც თქვენ იტარებთ გამოსახულების სკანირებას. აუცილებლად აცნობეთ თქვენს ექიმს, თუ გაქვთ სისხლის თრომბის რაიმე სიმპტომი.

თუ თქვენი ექიმი ეჭვობს, რომ გაქვთ სისხლის თრომბი, გირჩევთ შემდეგი 1 ან მეტი შემოწმების ჩატარებას:

- ფილტვების სკანირება კომპიუტერული ტომოგრაფიის (CT) მეშვეობით ფილტვის ემბოლიის (PE) გამოსავლენად. კომპიუტერული ტომოგრაფიით(CT) სკანირებისას ხდება თქვენი შინაგანი ორგანოების რენტგენოლოგიური სურათების სკანირება.
- ვენების ულტრაბგერითი სონოგრაფია ფეხებში ან მკლავებში სისხლის კოლტების შედედების გამოსავლენად. ულტრაბგერითი აპარატი იყენებს ხმის ტალღებს თქვენი სხეულის შიგნითა გამოსახულების შესაქმნელად.
- სისხლის ანალიზები იმის დასადგენად, თუ რამდენად სწრაფად დედდება თქვენი სისხლი. სისხლის ანალიზს ასევე შეუძლია აჩვენოს, გაქვთ თუ არა გენები, რომლებიც გაზრდიან სისხლის

შედედების რისკს.

სისხლის თრომბების მკურნალობა

სისხლის თრომბების მკურნალობა ჩვეულებრივ მოიცავს სისხლის გამათხელებლის მიღებას, რომელებიც ასევე ცნობილია ანტიკოაგულანტების სახელით. ეს არის სისხლის თრომბების მკურნალობის ყველაზე გავრცელებული მეთოდი. სისხლის გამათხელებლები ხელს უშლიან თქვენს ორგანიზმს რომ წარმოქმნას ახალი თრომბები:

სისხლის გამათხელებლები შეიძლება დაინიშნოს:

- ვენაში ან კანის ქვეშ ინიექციით (ნემსით). მაგალითებია ჰეპარინი, ენოქსაპარინის ნატრიუმი (Lovenox®) და ფონდაპარინუქსი (Arixtra®).
- ტაბლეტის სახით პერორალურად (პირის ღრუს საშუალებით). მაგალითებია ვარფარინი (Coumadin®), რივაროქსაბანი (Xarelto®), აპიქსაბანი (Eliquis®) და ედოქსაბანი (Savaysa®).

თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერი გადაწყვეტს, რომელი ტიპის მედიკამენტია თქვენთვის საუკეთესო.

რამდენი ხანი დაგჭირდებათ სისხლის გამათხელებლების მიღება ბევრ ფაქტორზეა დამოკიდებული. ექიმი განიხილავს თქვენს რისკ

ფაქტორებს, რაც მას დაეხმარება გადაწყვიტოს რამდენი ხანი დაგჭირდებათ მათი მიღება. ზოგიერთ ადამიანს შეიძლება დასჭირდეს მათი ცხოვრების ბოლომდე მიღება. თქვენ რეგულარულად უნდა მიაკითხოთ ექიმს, სანამ იღებთ სისხლის გამათხელებელ პრეპარატებს.

ზოგიერთ სისხლის გამათხელებელს შეიძლება მოჰყვებოდეს სპეციალური ინსტრუქციები, როგორებიცაა მედიკამენტები, რომლებსაც უნდა მოერიდოთ მათი მიღების დროს. თუ თქვენ იღებთ სისხლის გამათხელებელ საშუალებებს, რომლებსაც რაიმე სპეციალური ინსტრუქცია მოჰყვებათ, თქვენი ექიმი გაგიზიარებთ მათ.

სისხლში თრომბების პრევენცია

ბევრი რამ შეგიძლიათ გააკეთოთ, რათა თავიდან აიცილოთ თრომბის წარმოქმნა. ქვემოთ მოცემულია გზები სისხლის შედედების თავიდან ასაცილებლად.

ფიზიკური აქტივობა

აქტიური ყოფნა კარგი საშუალებაა სისხლის შედედების თავიდან ასაცილებლად. მსუბუქმა ან ზომიერმა ვარჯიშმა (როგორებიცაა სიარული ან იოგა) შეიძლება გააუმჯობესოს თქვენი სისხლის ნაკადის მოძრაობა. შეეცადეთ იმოძრაოთ ყოველ რამდენიმე საათში ერთხელ, თუ ეს შესაძლებელია, თქვენი ექიმის

მითითების შესაბამისად. ადამიანების უმრავლესობისთვის ეს ნიშნავს იმდენ მოძრაობას, რამდენიც თავს კომფორტულად აგრძნობინებს.

ასევე მნიშვნელოვანია იმოძრაოთ ხშირად, თუ დიდხანს ზიხართ, მაგალითად, თვითმფრინავში ან მანქანაში მოგზაურობისას. თუ ვერ ახერხებთ სასეირნოდ გასვლას, აუცილებლად შეცვალეთ პოზები გრძელი მგზავრობისას.

თუ თქვენ არ შეგიძლიათ მარტივად გადაადგილება, სცადეთ ფეხების რამდენიმე მსუბუქი გაჭიმვა და მოძრაობა, თუ ეს შესაძლებელია. თქვენ შეგიძლიათ ფეხებით მოხაზოთ წრეები ან ამოძრაოთ თითები ზევით-ქვევით, როცა ზიხართ ან წევხართ.

მედიკამენტები

თუ თქვენმა ექიმმა დაგინიშნათ ანტიკოაგულაციური მედიკამენტები (სისხლის გამათხელებლები), აუცილებლად მიიღეთ წამალი ინსტრუქციის მიხედვით. ეს წამალი შეამცირებს სისხლის თრომბის წარმოქმნის შანსს.

თანმიმდევრული შეკუმშვის მოწყობილობის (SCD) წინდები

თუ საავადმყოფოში ხართ, სისხლის თრომბის წარმოქმნის რისკი უფრო მაღალია. სისხლის შედედების თავიდან ასაცილებლად, შეგიძლიათ

გამოიყენოთ თანმიმდევრული შეკუმშვის მოწყობილობის (SCD) წინდები.



სურათი 3. თანმიმდევრული შეკუმშვის მოწყობილობის (SCD) წინდები თქვენს ფეხებზე

თანმიმდევრული შეკუმშვის მოწყობილობის (SCD) წინდები ეხვევა წვივ-ფეხს (იხილეთ სურათი 3). წინდები მილებით არის დაკავშირებული მოწყობილობასთან, რომელიც უბიძგებს ჰაერს წინდის ყდაში შესასვლელ-გამოსასვლელად, რათა ნაზად მოუჭიროს ფეხებს. ეს არის უსაფრთხო და ეფექტური გზა, რომელიც ეხმარება თქვენი სისხლის მიმოქცევას (ცირკულაციას), რათა თავიდან აიცილოთ თრომბები.

თქვენ ყოველთვის უნდა ატაროთ თანმიმდევრული შეკუმშვის მოწყობილობის (SCD) წინდები, როდესაც საავადმყოფოს საწოლში წევხართ, თუ თქვენი ექიმი არ აგიკრძალავთ ამის გაკეთებას. დარწმუნდით, რომ მოიხსენით თანმიმდევრული შეკუმშვის მოწყობილობის (SCD) წინდები საწოლიდან ადგომამდე, რადგან შეიძლება მილს წამოედოთ და დაეცეთ.

შეატყობინეთ თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერს, თუ შეამჩნევთ, რომ მილი გაჭედილია ან ტუმბო ხმაურობს.

სხვა რჩევები სისხლში თრომბების შედედების თავიდან ასაცილებლად

თქვენ ასევე შეგიძლიათ თავიდან აიცილოთ სისხლის თრომბების შედედება შემდეგი რჩევების გათვალისწინებით:

- ატარეთ თავისუფალი ტანსაცმელი, დაბალ ან მაღალყელიანი წინდები.
- თუ თქვენი ექიმი გირჩევთ, ატარეთ კომპრესიული წინდები. ეს არის სპეციალური წინდები, რომლებსაც შეუძლიათ გააუმჯობესონ სისხლის მიმოქცევა.
- მოერიდეთ ფეხების გადაჯვარედინებას ჯდომისას.
- აწიეთ თქვენი საწოლის ქვედა ნაწილი 4-დან 6 ინჩამდე (10-15 სმ) ბლოკების ან წიგნების მეშვეობით. ეს დაგეხმარებათ ფეხების აწევაში სისხლის ნაკადის გასაუმჯობესებლად.
- მიირთვით ნაკლები მარილი. მარილის ჭარბმა მოხმარებამ შეიძლება გამოიწვიოს შეშუპება და გაზარდოს სისხლის შედედების რისკი.

როდის უნდა დარეკოთ ჯანდაცვის პროვაიდერთან

დაურეკეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს თუ გაქვთ:

- მკლავში, ფეხში ან ორივეში ერთად გრძნობთ მომატებულ ტკივილს, გაქვთ შეშუპება სისხლის შედედებასთან ერთად
- ახალი ტკივილი, შეშუპება ან ორივე მეორე მკლავში ან ფეხში
- სუნთქვის გაძნელება
- თავის ძლიერი ტკივილი ან თავის ტკივილი, რომელიც არ ქრება
- ცხვირიდან სისხლდენა
- ღრძილებიდან სისხლდენა
- სისხლი შარდში, განავალში, ნაღებინებ მასაში ან ლორწოში, რომელსაც პირიდან ამოახველებთ
- ჩვეულებრივზე ჭარბი მენსტრუალური ნაკადი (თვიური).
- სისხლდენა, რომელიც არ ჩერდება
- სისხლჩაქცევა, რომელიც არ ქრება
- დაეცით ან რაიმე სახის დაზიანება გაქვთ
- აპირებთ ნებისმიერი სტომატოლოგიური პროცედურის ან ქირურგიული ოპერაციის ჩატარებას
- შეწყვიტეთ სისხლის გამათხელებლის მიღება რაიმე მიზეზით
- ნებისმიერი მოულოდნელი, აუხსნელი გვერდითი

ეფექტი

- ნებისმიერი შეკითხვები ან ეჭვები

კითხვების ან პრობლემების შემთხვევაში მიმართეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს. თქვენი მკურნალთა გუნდის წევრი გიპასუხებთ ორშაბათიდან პარასკევის ჩათვლით. დილის 9 საათი საათიდან საღამოს 5 საათის შემდეგ ამ საათების გარეთ, შეგიძლიათ დატოვოთ შეტყობინება ან ესაუბროთ MSK-ს სხვა წარმომადგენელს. რომელიმე ექიმი ან ექთანი ყოველთვის იქნება ხაზზე. თუ არ ხართ დარწმუნებული, როგორ დაუკავშირდეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს, დარეკეთ ნომერზე 212-639-2000.

დამატებითი რესურსებისთვის ეწვიეთ www.mskcc.org/pe ჩვენი ვირტუალური ბიბლიოთეკის მოსაძიებლად.

ყველა უფლება ეკუთვნის და დაცულია Memorial Sloan Kettering Cancer Center-ის მიერ