Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

О тромбах

В этом материале приводится информация о том, что такое тромбы, и каковы методы их лечения.

Если на вашем теле есть порез или рана, для остановки кровотечения в кровеносных сосудах обычно образуются сгустки крови в результате скопления тромбоцитов (разновидности клеток крови). Когда порез или рана заживают, ваше тело избавляется от этого сгустка крови. Сгустки крови могут формироваться в любом месте вашего тела.

Сгустки крови также могут образовываться в здоровых кровеносных сосудах, даже когда в их появлении нет необходимости. Такие сгустки крови называют аномальными (ненормальными) или тромбами. Аномальные сгустки крови могут привести к серьезным проблемам со здоровьем.

Виды тромбов

Существует два вида тромбов, которые могут вызвать опасные состояния: тромбоз глубоких вен и тромбоэмболия легочной артерии.

Тромбоз глубоких вен (deep vein thrombosis, DVT)

DVT может возникнуть, когда аномальный сгусток крови образуется в вене, расположенной глубоко в теле, обычно в руке или ноге (см. рисунок 1). Тромб может повлиять на нормальный кровоток и вызвать отек, покраснение и боль в определенной части тела. Если тромбоз не лечить, могут образовываться новые сгустки крови, которые могут распадаться и распространяться в другие части тела. Это может усилить отек и боль, а также привести к затруднениям при ходьбе, возникновению инфекции или

кожных язв.



Тромбоз глубоких вен (DVT) на ноге

Тромбоэмболия легочной артерии (Pulmonary embolism, PE)

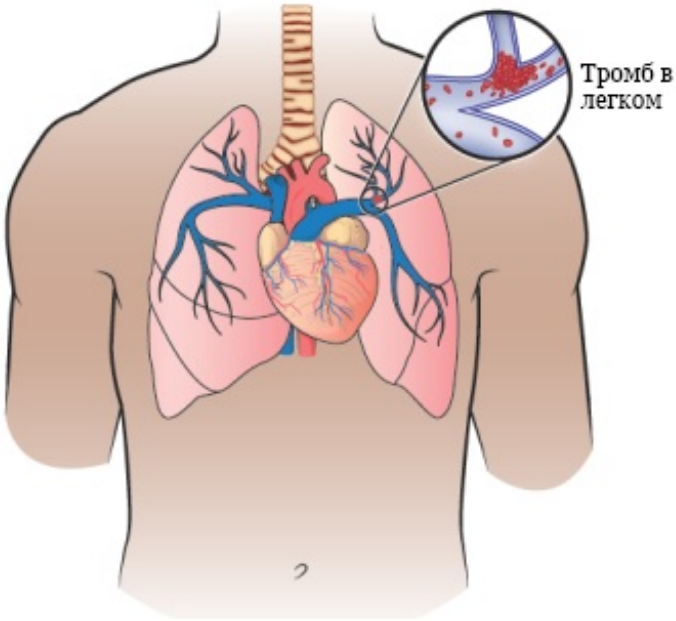


Рисунок 2. Тромбоэмболия легочной артерии (Pulmonary embolism, PE)

PE может возникнуть, когда аномальный сгусток крови блокирует кровоток в кровеносном сосуде одного из ваших легких (см. рисунок 2). Как правило, это происходит, когда тромб в глубокой вене вашей ноги отрывается и попадает в легкое. PE может воспрепятствовать попаданию достаточного количества кислорода в организм.

При PE могут наблюдаться:

- проблемы с дыханием.
- боль в груди;
- учащенное сердцебиение;
- бледность или синюшность кожи.

Если не предпринять неотложные меры по лечению, PE может привести к летальному исходу.

Факторы риска возникновения тромба

Некоторые обстоятельства могут увеличить риск образования тромбов.

Выделяют такие факторы риска:

- Малоподвижный образ жизни. При низкой физической активности кровоток в ваших глубоких венах замедляется, что может привести к образованию тромба.
- Недавно перенесенные операции. Некоторые операции могут привести к тому, что ваша кровь станет гуще, или она может застояться, если вам предстоит операция и продолжительный постельный режим.
- Некоторые онкологические заболевания
- Установка центрального венозного катетера (central venous catheter, CVC)
- Госпитализация
- Травмы.
- Беременность
- Прием противозачаточных средств или заместительной гормональной терапии, содержащей эстроген
- Избыточный вес
- Тромбоз в семейном анамнезе
- Курение

Когда вы находитесь на стационарном лечении, вы можете подвергаться влиянию нескольких перечисленных факторов риска одновременно.

Симптомы тромбоза

Тромбы могут снижать интенсивность кровотока по всему организму. В некоторых случаях наличие тромба не сопровождается никакими симптомами до тех пор, пока эта проблема не начинает представлять угрозу для жизни.

Симптомы тромбоза включают:

- внезапную боль и отечность одной руки или ноги;

- трудности при ходьбе из-за отечности и боли;
- острую боль в груди;
- учащенное сердцебиение;
- проблемы с дыханием.
- сильную боль в брюшной полости (животе), сопровождающуюся или не сопровождающуюся рвотой или диареей (жидким или водянистым стулом);
- бледность или синюшность кожи.

Немедленно позвоните своему медицинскому сотруднику, если заметите какой-либо из симптомов тромбоза.

Диагностика тромбоза

Поскольку у некоторых людей тромбоз не сопровождается никакими симптомами, во многих случаях наличие тромбов обнаруживается при прохождении медицинского обследования по другому поводу, например, в ходе процедуры сканирования. При возникновении симптомов тромбоза следует обязательно сообщить об этом медицинскому сотруднику

Если медицинский сотрудник предполагает у вас наличие тромба, он порекомендует вам пройти одно или несколько диагностических исследований, например:

- Исследование легких методом компьютерной томографии (computed tomography, CT) для выявления PE. Исследование методом CT заключается в получении рентгеновских снимков внутренних органов.
- Ультразвуковое исследование сосудов для выявления сгустков крови в ногах или руках. Аппарат УЗИ предполагает использование звуковых волн для создания изображений внутренних органов.
- Анализы крови, позволяющие выяснить скорость свертывания крови. Анализы крови также позволяют выявить наличие генов, которые могут повышать риск образования сгустков крови.

Лечение тромбоза

Лечение тромбоза обычно заключается в приеме лекарства для разжижения крови, также известного как антикоагулянт. Это наиболее распространенный метод лечения тромбоза. Лекарства, разжижающие кровь, помогают предотвратить образование новых сгустков крови.

Лекарства, разжижающие кровь, можно принимать:

- в виде внутривенной или подкожной инъекции (укола). Примеры таких лекарств включают Heparin, enoxaparin sodium (Lovenox®) и fondaparinux (Arixtra®).
- перорально в виде таблетки. Примеры таких лекарств включают warfarin (Coumadin®), rivaroxaban (Xarelto®), apixaban (Eliquis®) и edoxaban (Savaysa®).

Какой из этих типов лучше подходит именно вам, решит ваш медицинский сотрудник.

Длительность приема лекарств, разжижающих кровь, зависит от многих факторов. Ваш медицинский сотрудник рассмотрит ваши факторы риска и поможет решить, как долго вам нужно принимать эти лекарства. В некоторых случаях пациентам необходимо принимать их всю жизнь. Во время приема лекарств, разжижающих кровь, вы будете регулярно посещать своего медицинского сотрудника.

В отношении некоторых лекарств, разжижающих кровь, могут иметься особые указания. Например, на время их приема вам нужно будет исключить определенные медикаменты. Если вы принимаете лекарство, разжижающее кровь, в отношении которого имеются особые указания, ваш медицинский сотрудник изучит их вместе с вами.

Профилактика тромбоза

Существует целый ряд мер, которые помогут вам предотвратить образование тромбов. Ниже приведены способы профилактики тромбоза.

Физическая активность

Активный образ жизни является хорошей профилактикой образования сгустков крови. Легкая или умеренная физическая нагрузка, например, ходьба или занятия йогой, может улучшить кровообращение. По возможности старайтесь активно двигаться каждые несколько часов, соблюдая рекомендации медицинского сотрудника. Имеется в виду, что вы можете пройти комфортное для вас расстояние в удобном темпе.

Также очень важно чаще двигаться, если вы сидите в течение продолжительного времени, например при полетах на самолете или поездках на автомобиле. Если во время длительной поездки вы не можете встать и немного пройтись, обязательно часто меняйте положение.

Если вы не можете свободно менять положение, попытайтесь по мере возможности выполнить какие-то легкие упражнения на растяжку и движение стоп. Можно вращать стопами или направлять пальцы ног вверх и вниз, находясь в сидячем или лежачем положении.

Лекарства

Если лечащий врач прописал вам антикоагулянты (лекарства для разжижения крови), обязательно принимайте их в соответствии с инструкциями. Прием этих лекарств снизит вероятность образования тромбов.

Аппарат компрессионной терапии (Sequential compression device — SCD) и специальные манжеты

Если вы находитесь в больнице, риск образования сгустков крови повышается. Чтобы предотвратить образование сгустков крови, можно использовать манжеты SCD.

SCD представляет собой манжеты, которые оборачиваются вокруг ваших голеней (см. рисунок 3). Эти манжеты подключают трубками к компрессору, который закачивает через них в манжеты воздух и откачивает обратно, тем самым мягко сжимая и разжимая мышцы на ногах. Это безопасный и эффективный способ улучшения циркуляции крови и

профилактики образования тромбов.



Рисунок 3. Манжеты SCD на ногах

Обязательно используйте SCD, когда лежите на кровати в больнице, если нет других указаний вашего медицинского сотрудника. Не забудьте их снять прежде чем встать с кровати, поскольку вы можете споткнуться через провод и упасть. Сообщите своему врачу, если вы заметили, что трубка пережата, или насос издает звуковой сигнал.

Другие советы, помогающие предотвратить образование тромбов

Вы также можете предотвратить образование сгустков крови, выполняя следующее:

- Носите свободную одежду, носки или чулки.
- Носите компрессионные чулки, если это рекомендует ваш медицинский сотрудник. Это специальные чулки, которые могут улучшить кровообращение.
- Старайтесь не сидеть закинув ногу на ногу.
- Приподнимите противоположный изголовью край кровати на 4–6 дюймов (10–15 см), подложив кубики или книги. Так вы сможете поднять ноги и улучшить кровообращение.
- Потребляйте меньше соли. Чрезмерное потребление соли может

усилить отечность и повысить риск образования тромбов.

Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если у вас:

- усилилась боль, увеличился отек или наблюдаются оба эти симптома на той руке или ноге, где образовался тромб;
- возникла боль, появился отек или наблюдаются оба эти симптома на другой руке или ноге;
- проблемы с дыханием.
- сильная или непрекращающаяся головная боль;
- кровотечения из носа;
- кровоточивость десен;
- кровь в моче, стуле (кале), рвотных массах или мокротах, которые вы отхаркиваете через рот;
- более обильное, чем обычно, менструальное кровотечение;
- непрекращающееся кровотечение;
- синяк, который не проходит;
- вы упали или как-либо травмировались;
- вы планируете проведение стоматологической процедуры или операции;
- вы по какой-либо причине прекратили прием лекарства, разжижающего кровь;
- возникли неожиданные, необъяснимые побочные эффекты;
- возникли какие-либо вопросы или опасения.

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Специалист вашей лечащей команды ответит на звонок с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 В другое время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом. Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

About Blood Clots - Last updated on August 8, 2024
Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center