

آمبولی ریه و لخته خون در ریه



تهیه کننده :

دفتر پرستاری

دفتر HSE بیمارستان تأمین اجتماعی ناکستان

تعریف

آمبولی ریه وجود لخته خون یا هوا یا چربی در یکی از رگها است که به بافت ریه ها خونرسانی می کند . لخته خون در ابتدا در یکی از رگهای عمقی پا یا لگن شکل می گیرد. آمبولی چربی معمولاً بدنبال شکستگی های استخوان های دراز ایجاد می شود. لخته خون یا چربی از طریق جریان خون به یکی از رگهای مشرب کننده بافت ریه رسیده و در آنجا مستقر می شود. این پدیده باعث انسداد رگ مزبور و در نتیجه کاهش توانایی تنفس و گاهی تخریب بافت ریه می گردد.

علائم

- تنگی نفس ، کوتاهی نفس، کبودی
- درد قفسه سینه
- سرفه یا سرفه های خلط دار
- تب خفیف
- اختلال ذهنی
- تندی ضربان قلب

قبل از بروز علائم فوق معمولاً تورم و درد در پاها وجود دارد

عوامل افزایش دهنده خطر

- سن بالای ۶۰ سال
- نشستن در یک وضعیت ثابت به مدت طولانی مثلاً طی مسافرت با ماشین یا هواپیما
- استراحت طولانی در بستر در اثر بیماری
- چاقی
- افزایش غلظت خون
- بارداری و مصرف قرص ضدبارداری
- شکستگی استخوان
- استعمال دخانیات
- بیماریهای قلبی
- جراحی به خصوص جراحی ناحیه لگن
- زایمان
- سرطان

پیشگیری

۱. از استراحت طولانی مدت در بستر طی بیماری خودداری کنید پس از جراحی هرچه سریعتر حرکت اندام های تحتانی و راه رفتن را شروع کنید . در طی دوران نقاهت بیمارها از جوراب کشی یا باند کشی استفاده کنید.
۲. خودداری از استعمال دخانیات
۳. در طول سفر هر ۲-۱ ساعت مدتی ایستاده و را بروید .
۴. حفظ وزن ایده آل
۵. اجتناب از آسیب و ضربه زدن به بدن بخصوص در پاها و لگن

درمان دارویی

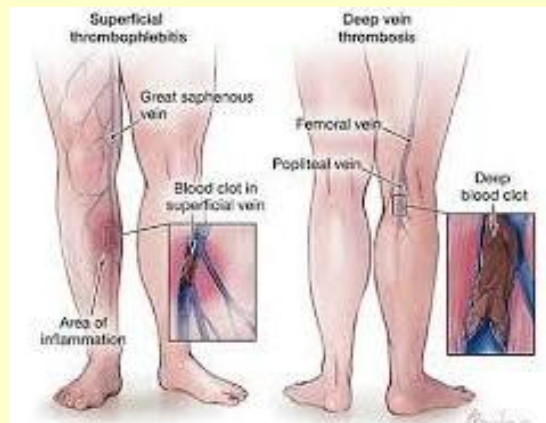
استفاده از داروهای ضد انعقاد : اناکزپریل ، وارفارین

درمان حمایتی یا مراقبت در منزل :

۱. استفاده از جوراب کشی یا باند کشی در پاها
۲. در هنگام خوابیدن پاها را بالاتر از سطح بستر قرار دهید.
۳. از ایستادن ، نشستن یا غیر فعال بودن به مدت طولانی به علت تشکیل لخته خودداری نمایید.
۴. به منظور بهبود جریان خون پاها را مرتب ورزش دهید
۵. باید توجه داشت که راه رفتن و ورزش محدودیت دارد.
۶. در بیمارانی که قادر به انجام ورزش نیستند باید افراد دیگر ورزش پا را به صورت غیر فعال به وسیله خم و باز کردن پای بیمار از ناحیه قوزک یا زانو انجام دهند.
۷. با پاهای آویزان و یا جمع شده ننشینید
۸. تنفس عمیق و سرفه انجام دهید
۹. اجتناب از ضربه زدن به بدن جهت پیشگیری از خونریزی داخلی و خارجی به علت مصرف دارو های ضد انعقاد.
۱۰. از میوه وسبزیجات تازه و غذاهای کم چرب استفاده کنید

نکته : اغلب لخته در عرض ۱۴ روز حل می شود .

- افزایش وزن به طور مداوم و غیر قابل توضیح
- تشدید تورم و درد ساق پا



توصیه های لازم در زمینه مصرف ضد انعقادها :

- * دارو ها ضد انعقاد به صورت مشخص و روزانه مصرف شوند (مثلا بین ۸ تا ۹ صبح)
- * قبل از مصرف هر داروی شیمیایی یا گیاهی جدید با پزشک خود مشورت کنید و مصرف داروی ضد انعقاد خود را اطلاع دهید.
- * از خوردن غذاهای حاوی ویتامین K (سبزیجات برگ سبز تیره مثل اسفناج - کاهو خودداری کنید.
- * مصرف غذاهای پر چرب - کلم - پیاز - سیر - شلغم - ماهی - جگر را محدود کنید.
- * در صورت بروز علائمی مانند سردرد - سرگیجه - درد شدید معده - ادرار قرمز یا قهوه ای رنگ - خونریزی از بینی و لثه - مدفوع سیاه رنگ - عدم توقف خونریزی در بریدگی ها و زخم ها کبودی وسیع در سطح بدن - تب و لرز و خستگی - زخم گلو - تهوع و استفراغ - خونریزی قاعدگی زیاد به پزشک مراجعه نمایید.
- * عدم ماساژ پاها در حین درمان با ضد انعقاد
- * قبل از انجام هرگونه اقدام پزشکی - دندان پزشکی ، پزشک مربوطه را از مصرف داروها خود مطلع کنید.
- * انجام مرتب آزمایشات
- * استفاده از کمپرس گرم و مرطوب روی انواع مبتلا



صورت بروز موارد زیر در طول درمان به پزشک خود مراجعه نمایید :

- هرگونه علائم خونریزی از بدن نظیر : کبود شدن نواحی مختلف پوست ، خون مردگی در پوست ، استفراغ خونی ، ادرار خونی ، خونریزی از لثه و بینی ، مدفوع سیاه رنگ ، خونریزی غیرطبیعی در بین دو سیکل ماهانه .
- درد قفسه سینه
- سرفه همراه با خلط خونی
- کوتاهی نفس و تنگی نفس
- تپش قلب

* استفاده از جوراب های الاستیکی

* انجام تمرینات ورزشی سبک با صلاحدید پزشک معالج

* انجام تمرینات تنفسی (تنفس عمیق - باد کردن بادکنک و ...)

نکته : در صورت وجود درد - تورم - قرمزی - گرمی - حساسیت اندام مبتلا در لمس هر چه سریعتر به پزشک معالج مراجعه نمایید.

* سفتی و سردی اندام نشانه پیشرفت بیماری است

- در صورت نیاز به ریش تراش ، از ریش تراش برقی استفاده کنید.
- از مسواک نرم استفاده کنید.
- از انجام تزریقات عضلانی و زیر جلدی تا حد امکان اجتناب کنید.
- در صورت نیاز به تزریقات محل آن را ده دقیقه فشار دهید.
- کارت هویت پزشکی مبنی بر مصرف داروی ضد انعقاد را همیشه همراه داشته باشید.
- نکات تغذیه ای را رعایت نمایید.
- چین و چروک جوراب ها را باز کنید.

