



آمبولی ریه

انسداد شریان ریوی یا یکی از شاخه های آن به وسیله ی یک لخته که از جایی در سیستم وریدی یا قلب منشأ گرفته است.

عوامل خطر

- بی حرکتی به عر علتی مثل جراحی ، سکتة های مغزی ، بستری طولانی
- افزایش انعقاد پذیری خون مثل مصرف قرصهای ضد بارداری و هورمونها
- آسیب به رگها مثل صدمات

علائم و نشانه های بیماری

- اکثرا آمبولی ریه شروع ناگهانی دارد و علائم وابسته به اندازه لخته می باشد
- لخته بزرگ و زیاد : افت فشارخون ، نارسایی قلب و مرگ ناگهانی
- لخته متوسط : تنگی نفس ناگهانی
- لخته های کوچک و ریز : درد قفسه سینه ، خلط خونی و تنگی نفس

تشخیص

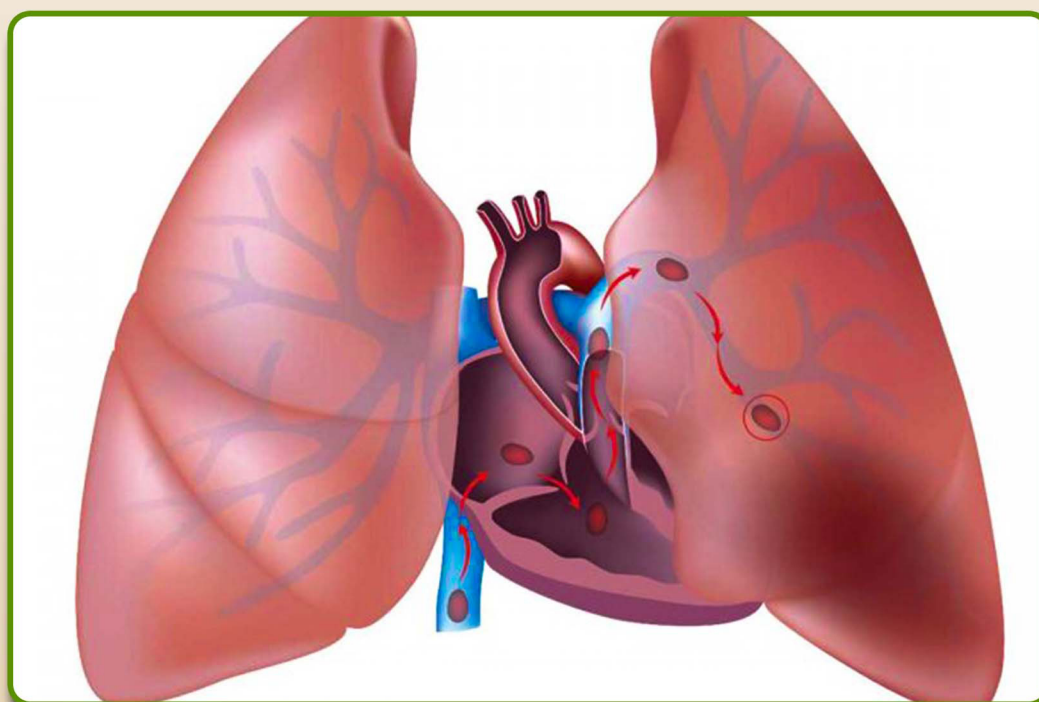
- تشخیص با گرفتن عکس قفسه سینه، نوار قلب، بررسی گاز های خون شریانی، اسکن پرفیوژن و ونتیلاسیون امکان پذیر است .
- آنژیوگرافی ریوی بهترین روش تشخیص آمبولی ریه می باشد.
- سی تی آنژیوگرافی ریوی و آزمایش D-DIMER تشخیص را تایید می کنند.

درمان:

- حل کردن لخته خون و پیشگیری از ایجاد لخته های جدید توسط داروهای هپارین و انوکساپارین و ريواروکسابان و وارفارین زیر نظر پزشک می باشد .
- استفاده از جوراب های ضد آمبولی درمان ضد انعقاد خونی تا ده روز ادامه می یابد .
- تمام داروهای آمبولی ریه بایستی دقیق تنظیم شوند کافی نبودن میزان دارو خطر ایجاد لخته مجدد دارد و زیاد بودن مقدار آن خطر خونریزی دارد که گاهی می تواند کشنده باشد .
- وارفارین با آزمایش INR تنظیم می شود و با بسیاری از داروها تداخل دارد .

پیشگیری:

- پیشگیری از لخته با انجام ورزش های فعال و غیر فعال پاها
- پیشگیری از نشستن طولانی مدت و انداختن پاها روی هم، هنگام نشستن کنار تخت پاها نباید آویزان باشد کف پاها روی زمین یا روی صندلی قرار گیرد



آموزش های خودمراقبتی :

- مهم است که زمان ویزیت بعدی خود را مشخص کنید و تستهای انعقادی را به موقع انجام دهید . (تقریبا هر دو هفته)
- مراقب عوارض جانبی کبودی و خونریزی باشید .
- از بریدگی با اشیای تیز اجتناب کنید .
- از ماشین ریش تراش استفاده کنید .
- از مسواک نرم استفاده کنید .
- همراه وارفارین از آسپیرین استفاده نکنید .
- قبل از مصرف داروهای جدید با پزشک خود مشورت کنید .
- مدفوع تیره و قهوه ای رنگ را فوراً گزارش کنید .
- جوراب الاستیک را در مدت تجویز شده بپوشید .
- از نشستن طولانی اجتناب کرده و پاها را روی هم نیندازید .
- هنگام مسافرت به طور منظم تغییر وضعیت دهید و گاهی اوقات راه بروید .
- در صورت اقدام به بارداری حتما پزشک را در جریان بگذارید بعضی از داروهای آمبولی ریه موجب آسیب به جنین می شود .
- علائم ترومبوز ورید های عمقی را به خاطر داشته باشید . (درد کف پاها و ساق پاها تورم و ادم پا)
- به علائم اختلال تنفسی توجه کنید . مانند تنفس تند تند ، سنگینی تنفس ، تنگی نفس و ...)
- از رژیم غذایی متعادل استفاده کنید مثلا اگر هر روز نیم کیلو سبزی میخورید آن را هر روز بخورید .
- غذاهای سرشار از ویتامین K شامل سبزیجات ، سبزی پخته ، پوست خیار ، چای سبز ، سویا ، گزنه و جگر اثر داروی وارفارین را کم میکنند .
- زنجبیل ، سیر ، گریپ فروت ، انبه ، زرد چوبه و پیاز اثرات ضد لخته ای دارند از معرف زیاد آنها اجتناب کنید . (تاثیر داروی وارفارین را زیاد می کنند)
- در صورت مصرف میوه جات و سبزیجات میزان مصرف آن در هر روز ثابت باشد