

Deep Vein Thrombosis (DVT)

Deep Vein Thrombosis, also called DVT, is a blood clot that forms inside a vein in the body. It most often occurs in the legs. The blood clot may block part or all of the blood flow. It may also break loose and cause a serious problem in the lung or a heart attack or stroke. Learn how to prevent DVT and know its signs.

Risk Factors

You are at greater risk for DVT if you:

- Have heart disease
- Are pregnant
- Are overweight
- Have anemia
- Have liver disease
- Are inactive or have long periods in bed
- Have trauma injuries or fractures
- Have had a stroke or injury that limits the movement of your legs
- Take certain medicines or treatments

Signs of DVT

Call 911 or go to the nearest emergency department if you have shortness of breath or chest pain.

Тромбоз глубоких вен (ТГВ)

Тромбоз глубоких вен, называемый также ТГВ – это образование сгустков крови (тромбов) внутри вены в организме человека. Чаще всего он возникает в ногах. Сгусток крови может частично или полностью заблокировать кровоток. Он может также оторваться и вызвать серьезные повреждения в легких, сердечный приступ или инсульт. Ознакомьтесь с признаками ТГВ и способами его предотвращения.

Факторы риска

Вам угрожает повышенный риск ТГВ, если:

- У Вас есть сердечное заболевание
- Вы беременны
- У Вас лишний вес
- У Вас малокровие
- У Вас болезнь печени
- Вы ведете неактивный образ жизни или подолгу отдыхаете в постели
- У Вас травмы или переломы
- У Вас был инсульт или травмы, которые ограничивают подвижность Ваших ног
- Вы принимаете некоторые виды медикаментов или проходите определенные процедуры

Симптомы ТГВ

Позвоните 911 или обратитесь в службу скорой помощи, если у Вас затрудненное дыхание или боль в груди.

Call your doctor right away or go to the nearest emergency department if you have any of these signs:

- Tender, swollen or red areas that may be warm to the touch over the vein. **Do not** massage or exercise a painful leg or arm.
- Numbness or tingling in the body part affected
- Aching or pain in the body part affected
- Fever or chills

How to Prevent DVT

- Your doctor may have you wear support stockings. The stockings help your blood flow to prevent clot formation.
 - ▶ Remove the stockings **each day** for 10 to 30 minutes. Check your feet and legs for redness, bruising or sore areas.
 - ▶ Ask your nurse or therapist how to put on the stockings to avoid very tight or wrinkled areas.
 - ▶ Lotion may be used if your legs are dry. Allow the lotion to dry and then powder your legs lightly to make it easier to put on the stockings.
 - ▶ You should have 2 pairs of stockings so that you have a pair to wear while the other pair is being washed and dried. Wash the stockings each day with mild soap, rinse and air dry.
- Walk every day and do leg and arm exercises to help your blood flow. Ask your doctor or therapist what type of exercise is best for you.

Немедленно позвоните своему врачу или обратитесь в службу скорой помощи, если у Вас наблюдается какой-либо из следующих симптомов:

- На венах появились болезненные, припухшие или красные участки, которые при прикосновении кажутся теплыми. **Не** массируйте и **не** делайте упражнений больной ногой или рукой.
- Онемение или покалывание в пораженном участке тела.
- Боль в пораженном участке тела.
- Жар или озноб.

Как предотвратить ТГВ

- Ваш врач может порекомендовать Вам носить поддерживающие гольфы. Эти гольфы улучшают кровоток, предотвращая тем самым формирование сгустков крови.
 - ▶ Снимайте гольфы **ежедневно** на 10-30 минут. Проверяйте свои стопы и голени на наличие покраснений, кровоподтеков или воспалений.
 - ▶ Посоветуйтесь со своей медсестрой или терапевтом, как надевать гольфы, не допуская чрезмерно сжатых или сморщенных участков.
 - ▶ Если Ваши голени слишком сухие, можно воспользоваться лосьоном. После высыхания лосьона слегка припудрите свои голени для того, чтобы было легче надевать гольфы.
 - ▶ Вам следует приобрести 2 пары гольф, чтобы носить одну пару, в то время как вторая пара стирается и сохнет. Ежедневно стирайте гольфы мягким мылом, затем прополощите их и высушите на воздухе.
- Совершайте ежедневные прогулки и делайте упражнения для ног и рук с целью улучшения кровотока. Посоветуйтесь со своим врачом или физиотерапевтом относительно типа упражнений, которые лучше всего Вам подходят.

- Avoid sitting or lying in one position for long periods of time. Do not sit with your legs crossed or with constant pressure on the back of the knees. If your legs tend to swell, raise them on a stool when sitting.
- Avoid smoking, especially if you are taking birth control pills.
- Drink at least 8 glasses of liquids each day unless you have been told to limit your fluids.

Treatment

DVT is often treated with blood thinning medicine. The medicine may be given as:

- An IV (intravenous) – You may need to stay in the hospital during treatment.
- Injections into the skin near the stomach – If you need to give yourself injections, you will be taught how to do this.
- Pills – Take your pills as ordered by your doctor. **Call your doctor** if you have any unusual bleeding, dark or bloody urine or stool, or unusual bruising.

You may need to have blood tests done at the lab or doctor's office while you are on this medicine. Follow the schedule your doctor orders.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

- Не сидите и не лежите долго в одном положении. Не сидите со скрещенными ногами или с постоянным сдавливанием обратной стороны коленей. Если Ваши голени склонны к отекам, при сидении их следует положить на табуретку.
- Избегайте курения, особенно если Вы принимаете противозачаточные таблетки.
- Ежедневно выпивайте как минимум 8 стаканов жидкости, если Ваш врач не рекомендует Вам ограничить употребление жидкости.

Лечение

Тромбоз глубоких вен (ТГВ) зачастую лечится с помощью препаратов, разжижающих кровь. Они могут вводиться:

- Внутривенно. Возможно, Вам придется остаться в больнице на время лечения.
- С помощью подкожных инъекций в области живота. Если потребуется, чтобы Вы делали инъекции самостоятельно, Вас научат это делать.
- В виде таблеток. Принимайте лекарства в соответствии с предписанием врача. **Позвоните своему врачу**, если у Вас необычное кровотечение, темная или с примесью крови моча или стул или необычные кровоподтеки.

Во время приема лекарства может понадобиться проведение анализов крови в лаборатории или в кабинете врача. Соблюдайте график посещения врача.

Если у Вас есть какие-либо вопросы или опасения, обратитесь к Вашему врачу или медсестре.

2007– 11/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Deep Vein Thrombosis (DVT). Russian.