



Pıhtılaşmaları niçin bilmeniz gerekir

Bacaklarınızda kan pıhtısı oluşursa kan akışını engeller ve akut ağrılar ile şişliklere yol açar. Ayrıca bacağınızda kalıcı sakatlıklara yol açar.

Bir kan pıhtılaşması oluşursa, bunlardan kimisi damarlarınız yoluyla ciğerlerinize gidebilir ve onlara kan sağlanmasını durdurabilir. Kan olmadan ciğerleriniz vücudunuzun geri kalan kısmına oksijen gönderemez. Nefes almakta zorluk çekebilir veya, nadir durumlarda, ölebilirsiniz.

Araştırmalar tedavinin bir kan pıhtılaşması geliştirmeniz olasılığını azalttığını göstermiştir.

Aşağıdaki liste, hastanedeysenizi kanın pıhtılaşarak beyne gitmemesi (DVT) veya akciğer embolisi (PE) riskine atan ana şeyleri göstermektedir:

- > ağır travma (fiziksel yaralanmalar)
- > yoğun bakım
- > kalça veya diz yenileme cerrahisi
- > uzun süreli ameliyatlar
- > felç
- > kalp yetmezliği
- > kanser
- > şiddetli akciğer hastalıkları
- > şiddetli enfeksiyon veya iltihap
- > geçmişte DVT olması

PIHTILAŞMAYI DURDURUN

Daha fazla bilgi

Kan pıhtılaşmasının önlenmesi konusunda daha fazla bilgi için aşağıdaki adresi ziyaret edin:

www.nhmrc.gov.au/nics

ve 'Programs' (Programlar) ve 'Venous Thromboembolism Prevention' (Atardamarlarda Pıhtılaşmanın Önlenmesi) linklerini izleyin.

Bu bilgilerin Arapça, Çince, Hırvatça, Fransızca, Yunanca, İtalyanca, Makedonca, Lehçe, Rusça, Sırpça, İspanyolca, Türkçe ve Vietnamca çevirileri mevcuttur. Hemşirenize sorun veya yukarıdaki siteyi ziyaret edin.

KLİNİK ÇALIŞMALAR ULUSAL ENSTİTÜSÜ

Bu Broşür, hastaneye yatırılan hastalarda kan pıhtılaşmasını önlemeyi iyileştirmek için bir ulusal programın parçası olarak Ulusal Klinik Araştırmalar Enstitüsü (NICS) tarafından geliştirilmiştir. NICS, Avustralya'nın sağlıksal ve tıbbi araştırmaları destekleyen en üst kuruluşu olan Ulusal Sağlıksal ve Tıbbi Araştırmalar Konseyi'nin (NHMRC) bir enstitüsüdür.

Bu broşür, NICS tarafından Nisan 2009'da gözden geçirilmiştir.

PIHTILAŞMAYI DURDURUN



Bacaklarınızda ve akciğerlerinizde kan pıhtılaşması tehlikesinin azaltılması

KANIN PIHTILAŞARAK BEYNE GİTMEMESİ VE AKCİĞER AMBOLİSİ

Bu broşür, bacaklarınızda veya ciğerlerinizde pıhtılaşma tehlikesinin (ihtimalinin) mevcut olması nedeniyle size verilmiştir. Kanınız pıhtılaşarsa, başınıza kalıcı sakatlık veya nadir durumlarda ölüm gelebilir.

Bu tehlikeyi azaltmak için, şunları yapmalısınız:

SORUN ve HAREKETE GEÇİN

Bu formda size neleri sormanız ve önlemleri nasıl uygulamanız gerektiği anlatılmıştır.



PIHTILAŞMAYI DURDURUN



Sağlık bakım ekibinizin yapacakları

Siz hastaneye ulaştıktan sonra, bacaklarınızda veya ciğerlerinizde kan pıhtılaşma tehlikesi olup olmadığı değerlendirilmelidir. Tehlike seviyeniz, şu hususlara bağlıdır:

- > yaşıınız
- > hastanede olma sebebiniz
- > mevcut veya geçmişte yaşadığınız diğer sağlık sorunlarınız.

Kan pıhtılaşmasının oluşması açısından mevcut tehlike seviyenizi doktora veya hemşireye sorun.

Tehlike altındaysanız, sağlık bakım grubunuz, sizin için geçerli olan tedavi seçeneklerini görüşmelidir. Tedavi, şu hususları içerebilir:

- > korse çorapların giyilmesi
- > baldırlarınızda kompresyon pompasının kullanılması
- > kan pıhtılaşmasını önlemek için ilaç alınması veya enjekte edilmesi
- > ayaklarınızı ve bacaklarınızı yatakta yavaşça çalıştırmanız
- > yataktan kalkmanız ve mümkün olan en kısa sürede yürümeye başlamanız



Bu tedavilerin bir kısmı kimileri için uygun değildir. Yüksek bir risk taşıyorsanız, sağlık bakımı ekibiniz daha yoğun bir bakım önerebilir.

Doktorunuza veya hemşirenize size hangi tedavileri tavsiye ettiklerini sorun.



Yapmanız gerekenler

Bir kan pıhtılaşmasının oluşması tehlikesini azaltmak için, sağlık bakım ekibinize yardımcı olmalısınız.

Hastanedeyseniz, şunları yapmalısınız:

1. doktorunuzun tehlikenizi azaltmak için verdiği bütün ilaçları veya iğneleri aldığınızdan emin olun.
2. korse çoraplarınızı kullanmayı sürdürün
3. yatakta uzun süre oturmaktan veya uzanmaktan kaçının.
4. doktorunuzun tavsiye ettiği sıklıkta yürüyün.

Hastaneden ayrılmadan önce, eve gittiğiniz zaman yapmanız gerekenleri doktorunuza veya hemşirenize sorun. Şunları öğrenin:

- > korse çoraplarınızı ne kadar süreyle giyeceksiniz
- > herhangi bir ilaç kullanmanızın gerekip gerekmediği
- > hangi fiziksel etkinliği yapmanız gerekmektedir
- > alkolden kaçınmanızın gerekip gerekmediği
- > bir kan pıhtılaşma tehlikesini azaltmak için siz ve aileniz başka ne yapabilirsiniz

Neler gözlenmelidir

Hastanedeyseniz, aşağıda belirtilen durumlardan herhangi birisi ile karşılaşırsanız; derhal hemşireyi çağırınız:

- > bacaklarınızda ağrı veya şişlik
- > akciğerlerinizde veya göğsünüzde ağrı
- > solunum zorluğu.

Hastaneden ayrıldıktan sonra bu belirtilerden herhangi birisi sizde varsa, derhal doktorunuza telefon edin veya hemen herhangi bir hastanenin Acil Servisi'ne gidin.

