



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.

О тромбах

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 тромбоза

Существует два вида тромбоза, которые могут

представлять опасность: тромбоз глубоких вен и тромбоэмболия легочной артерии.

Тромбоз глубоких вен

Тромбоз глубоких вен (deep vein thrombosis (DVT)) может возникнуть, когда тромб образуется в венах глубоко внутри тела, обычно в руке или ноге. 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 распасться и распространиться в другие части тела. Это может усилить отек и боль, а также привести к затруднениям при ходьбе, возникновению инфекции или кожных язв.

Тромбоэмболия легочной артерии

Тромбоэмболия легочной артерии (pulmonary embolism (PE)) может возникнуть, когда тромб заблокирует кровоток в кровеносном сосуде одного из легких. Как правило, это происходит, когда тромб в глубокой вене ноги отрывается и попадает в легкое. PE может препятствовать попаданию достаточного количества кислорода в организм.

При PE могут наблюдаться:

- проблемы с дыханием;

- боли в груди;
- учащенное сердцебиение;
- бледность или синюшность кожи.

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

Факторы риска возникновения тромбоза

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.
- Травмы.
- Некоторые онкологические заболевания.

Когда вы находитесь на стационарном лечении, вы

можете подвергаться влиянию нескольких перечисленных факторов риска одновременно.

Симптомы тромбоза

Тромбы могут снижать кровоток по 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.

Сразу же позвоните своему врачу, если заметите какой-либо из симптомов тромбоза.

Диагностика тромбоза

Поскольку тромбоз иногда 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 врачу.

Если ваш врач полагает, что у вас есть тромб, он порекомендует вам пройти одно или несколько из следующих диагностических исследований:

- Исследование легких методом компьютерной томографии (computed tomography (CT)) для выявления РЕ. Исследование методом СТ 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 измерить 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[®]).

Какое из этих лекарств наилучшим образом подходит именно вам, решит ваш врач.

Длительность приема лекарств, разжижающих кровь, зависит от многих факторов. Ваш врач рассмотрит имеющиеся для вас 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 врача.

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 врач просмотрит 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 вашего врача. 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 тела.

Если вы не можете свободно менять положение тела, 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. Это специальные манжеты, входящие в комплект SCD, которые обрабатываются вокруг ваших голеней. 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.

Обязательно надевайте манжеты SCD, когда лежите на больничной койке, если ваш медицинский сотрудник не сказал, что вам не следует этого делать. Не забудьте их снять, когда соберетесь встать, поскольку вы можете споткнуться о провода 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 врач. Это специальные чулки, которые могут улучшить кровообращение.

- Страйтесь 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.

Позвоните своему врачу или медсестре/медбратью, 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 любые вопросы или опасения.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

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

About Blood Clots - Last updated on December 12, 2022

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center