

# تفادي حدوث جلطات الدم في المستشفيات

## قسم منع تخثر الدم نشرة معلومات للمرضى

### مقدمة

هذه النشرة تتعلق بحالة تسمى الجلطات الدموية الوريدية. تزود معلومات عن طبيعة الجلطات الدموية الوريدية وسببها وكيف يتم التعامل معها وما يمكن القيام به للمساعدة في تقليل خطر حصولها.

ما هي الجلطات الدموية الوريدية؟  
هو مصطلح لكل من "تخثر الأوردة العميقة" و"الانسداد الرئوي".

### تخثر الأوردة العميقة

هو جلطة دموية في الأوردة العميقة في الساق.

### الانسداد الرئوي

وهو عندما ينفصل كل أو جزء من الجلطة الدموية الوريدية وتنتقل من خلال الجسم وكتل الأوعية الدموية إلى الرئتين.

ما الذي يسبب الجلطات الدموية الوريدية؟

هناك العديد من العوامل التي يمكن أن تزيد من خطر الجلطات الدموية الوريدية ولكنك أكثر عرضة للخطر إذا كنت لا تستطيع الحركة كثيراً أو إذا لم تكن بصحة جيدة، لذلك وجودك في المستشفى يمكن أن يزيد من خطر حدوث الجلطات الدموية الوريدية.

ما هي علامات وأعراض الجلطات الدموية الوريدية؟

- تورم، عادة في ساق واحدة
- رقة عضلات الساق، وغالبا ما تكون عضلات ربله الساق
- تلون الجلد المحمر أو الوردية

- الساق دافئة عند لمسها
- ضيق مفاجئ في التنفس
- ألم حاد في الصدر أو وخزة قد تزداد سوءاً عند التنفس
- سرعة في معدل ضربات القلب
- سعال لا يمكن تفسيره، أحياناً مع مخاط دموي

### تقييم مخاطر الجلطات الدموية الوريدية من الذي يتم تقييمه؟

جميع المرضى البالغين الذين تم ادخالهم إلى المستشفى، بما في ذلك المرضى الذين لديهم إجراءات حالة في يوم معين (الإجراءات حيث تمضي يوم واحد في المستشفى) سوف يتم عمل تقييم لمخاطر الجلطات الدموية الوريدية.

### متى سيتم تقييم المخاطر؟

سوف يقوم أحد أعضاء الفريق السريري بإجراء تقييم المخاطر عند دخولك إلى المستشفى. سوف يتم مراجعة ذلك في غضون 24 ساعة من دخولك المستشفى وكلما تغيرت حالتك السريرية. إذا كنت تجري عملية مخطط لها، يتم إجراء تقييم المخاطر أحياناً أثناء زيارتك السابقة للتقييم. في هذه الحالة، سوف يتم التحقق من أي تغييرات في يوم دخولك المستشفى.

### كيف يتم عمل التقييم؟

سوف يقوم الطبيب بإكمال التقييم بناءً على حالتك الصحية. يتم تضمين عوامل أخرى في هذا التقييم مثل العمر والوزن والتاريخ المرضي الشخصي أو العائلي السابق للجلطات الدموية الوريدية.

إذا كنت تعتبر في خطر تعرض للجلطات الدموية الوريدية ، سوف يتم تزويدك بالعلاج لمحاولة منع ذلك.

## إذا كنت بحاجة إلى العلاج الوقائي، ما هو؟

مضادات التخثر (مخففات الدم): سوف يتم وصف جرعة صغيرة من مضادات التخثر لمعظم المرضى المعرضين للخطر. المضاد الأكثر شيوعاً هو الهيبارين الذي هو حقنة صغيرة في الجلد على البطن. لن يعطى جميع المرضى مضاد الهيبارين.

جوارب مضادة للانسداد: إذا كانت مناسبة، سيتم قياسها وتزويدها بها. من المهم جداً أن ترتديها وفقاً للتعليمات والتأكد من أن تنزع مرة واحدة على الأقل في اليوم بحيث يمكن غسل الجلد ومعاينته. معظم الناس الذين يحتاجون جوارب سوف يكون لعملية جراحية.

قبل وصف أي من هذه العلاجات، سوف يقوم الطبيب بالتحقق ما إذا كان هناك أي أسباب تمنعك من الحصول عليها.

## ما الذي يمكنني فعله للمساعدة في الحد من خطر الإصابة بالجلطات الدموية الوريدية؟

هناك الكثير الذي يمكنك القيام به بنفسك للحد من خطر التعرض للجلطات الدموية الوريدية:

- عندما تكون قادراً على الشرب، تأكد من شرب كمية كبيرة للحفاظ على رطوبة جسمك.
- حافظ على التحرك والسير في أقرب وقت كما ينصحك الطبيب.
- اسأل طبيبك أو ممرضتك "ما الذي يتم عمله للحد من خطر الجلطات الدموية؟"

### ماذا يحدث عندما أغانر المستشفى؟

بالنسبة لبعض الناس، قد يكون من الضروري أن يستمر العلاج بعد مغادرة المستشفى. إذا كان هذا هو الحال، سيتم شرح هذا لك.

إذا قمت بتطوير أي علامات وأعراض للجلطات الدموية الوريدية في المنزل، يرجى طلب المشورة الطبية على الفور، إما من الجناح الذي خرجت منه أو طبيبك العام أو أقرب قسم طوارئ في المستشفى.

إذا كانت لديك أية أسئلة، أو إذا كان هناك أي شيء لا تفهمه بشأن هذه النشرة، يرجى الاتصال بالجناح أو القسم الذي تم علاجك فيه..

رقم لوحة مفاتيح مستشفى Russells Hall: 01384 456111

يمكن تنزيل هذه النشرة أو طباعتها من:

<http://dudleygroup.nhs.uk/services-and-wards/haematology/>

إذا كان لديك أي ملاحظات على نشرة معلومات للمرضى، يرجى التواصل بالبريد الإلكتروني على [patient.information@nhs.net](mailto:patient.information@nhs.net)

**This leaflet can be made available in large print, audio version and in other languages, please call 0800 073 0510.**

للحصول على هذه النشرة بحجم أكبر، وعلى شكل إصدار صوتي و بلغات أخرى، الرجاء الاتصال بالرقم 08000730510.

此宣传单可提供大字版本、音频版本和其它语言版本，请拨打电话：0800 073 0510。

Ulotka dostępna jest również w dużym druku, wersji audio lub w innym języku. W tym celu zadzwoń pod numer 0800 073 0510.

ਇਹ ਪਰਚਾ ਵੱਡੇ ਅੱਖਰਾਂ، ਬੋਲ ਕੇ ਰੀਕਾਰਡ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਦੂਸਰੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, 0800 073 0510 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜੀ।

Aceasta broșura poate fi pusă la dispoziție tipărită cu caractere mari, versiune audio sau în alte limbi, pentru acest lucru vă rugăm sunați la 0800 073 0510.

یہ کتابچہ آپ کو بڑے حروف کی لکھائی، سمعی صورت اور دیگر زبانوں میں مہیا کیا جا سکتا ہے۔ یہ سہولتیں فون نمبر 08000730510 پر رابطہ کریں۔