NHS
The Dudley Group
NHS Foundation Trust

Preventing blood clots in hospital

**પ્રસ્તાવના**

# હોસ્પિટલમાં લોહીનો થર જામવાનું રોકવું

## એન્ટીકોગ્યુલેશન ડિપાર્ટમેન્ટ

### દર્દી માહિતીપત્રિકા

આ માહતિીપત્રકિા વીનસ થ્રોમ્બોએમ્બોલઝિમ (VTE) નામે ઓળખાતી સ્થતિનિે લગતી છે. તે VTE શું છે, તે થવા પાછળનું કારણ શું છે, તેની સારવાર કેવી રીતે થાય છે અને તે થવાનું જોખમ ઘટાડવામાં મદદ માટે શું કરી શકાય તેની માહતિી આપે છે.

## વીનસ થ્રોમ્બોએમ્બોલિઝમ (VTE) શું છે?

તે 'ડીપ વેઈન થ્રોમ્બોસસિ' (DVT) અને 'પલ્મોનરી એમ્બોલઝિમ' (PE) બંને માટેની પરભિાષા છે.

### ડીપ વેઈન થ્રોમ્બોસિસ (DVT)

DVT એ પગની ઊંડી નસોમાં જામતો લોહીનો થર છે.

### પલ્મોનરી એમ્બોલિઝમ (PE)

PE ત્યારે થાય છે જ્યારે DVT (લોહી જામેલો થર) આખો કે આંશકિ ભાંગી જાય, શરીરમાં ફરે-વચિરે અને ફેંફસા તરફની રક્તવાહનિીઓને અવરોધે.

## VTE થવા પાછળનું કારણ શું છે?

VTE નું જોખમ વધારી શકે તેવા ઘણાં પરબિળો હોય છે પરંતુ તમને વધારે જોખમ ત્યારે થાય છે જો તમે બહુ વધારે હેરફેર ના કરી શકો અથવા જો તમે બીમાર હો, તેથી હોસ્પટિલમાં રહેવાથી તમને VTE થવાનું તમારું જોખમ વધી શકે છે.

## VTE થવાના ચિહ્નો અને લક્ષણો શું છે?

- સોજો, સામાન્ય રીતે એક પગમાં
- પગના સ્નાયુઓનું સુંવાળાપણું, ઘણીવાર પગની પીંડી
- ચામડી રંગ ગુમાવીને લાલાશ કે વાદળી થવી
- પગ સ્પર્શ કરવાથી હૂંફાળો લાગવો
- શ્વાસ લેવામાં અચાનક તકલીફ થવી
- છાતીમાં દુ:ખાવો જે તીવ્ર કે વીંધતો હોવાનું લાગે અને જે શ્વાસ લેવામાં વધારે ખરાબ થઈ શકે
- હ્રદયના ધબકારાનો દર ઝડપી થવો
- ન સમજાતી ખાંસી થવી, ક્યારેક લોહીની લાળ દદળવાની સાથે

# VTE માટે જોખમ મૂલ્યાંકન

### કોના જોખમનું મૂલ્યાંકન કરવામાં આવશે?

એક દવિસની કેસ સંબંધતિ ચોક્કસ કાર્યપદ્ધતઓિ કરાવતા દર્દીઓ (કાર્યપદ્ધતઓિ કરાવવા તમે માત્ર એક દવિસ માટે હોસ્પટિલમાં રહેશો) સહતિ હોસ્પટિલમાં દાખલ કરેલા પુખ્ત ઉંમરના તમામ દર્દીઓ VTE જોખમ મૂલ્યાંકન કરાવશે.

### મારા જોખમનું મૂલ્યાંકન ક્યારે કરવામાં આવશે?

તમને હોસ્પટિલમાં દાખલ કરવામાં આવે ત્યારે ક્લનિકિલ ટીમના સભ્ય તમારા જોખમનું મૂલ્યાંકન કરશે. આની સમીક્ષા દાખલ થવાના 24 કલાકમાં અને જ્યારે પણ તમારી નૈદાનકિ સ્થતિ બિદલાય ત્યારે કરવામાં આવશે.

જો તમે પહેલેથી આયોજન પ્રમાણેની શસ્ત્રક્રયિા કરાવો તો, જોખમ મૂલ્યાંકન ક્યારેક તમારી પ્રી-એસેસમેન્ટ (મૂલ્યાંકન પહેલાંની) મુલાકાત દરમયિાન કરવામાં આવે છે. આ કસ્સિામાં, દાખલ થવાના દવિસે તમારી તપાસ કોઇ ફેરફારો માટે કરવામાં આવશે.

### મારા જોખમનું મૂલ્યાંકન કેવી રીતે કરવામાં આવશે?

ક્લનિશિયિન તમારી તબીબી સ્થતિ આિધારે મૂલ્યાંકન પૂરું કરશે. આ મૂલ્યાંકનમાં અન્ય પરબિળો જેમ કે ઉંમર, વજન અને VTE નો ભૂતપૂર્વ અંગત કે કૌટુંબકિ ઇતહિાસનો સમાવેશ કરવામાં આવે છે.

જો તમને VTE નું જોખમ હોવાનું માનવામાં આવે તો, તેને રોકવાનો પ્રયત્ન કરવા તમને સારવાર આપવામાં આવશે.

## જો મને રોકથામ સારવાર જોઇતી હોય તો, તે શું હશે?

એન્ટીકોગ્યુલાન્ટ્સ (બ્લડ થીનર્સ): જોખમ ધરાવતા મોટા ભાગના દર્દીઓને એન્ટીકોગ્યુલાન્ટનો એક નાનો ડોઝ લેવાનું સૂચવવામાં આવશે. સૌથી સામાન્ય રીતે વપરાતું એક બ્લડ થીનર હેપરનિ છે જે ફાંદ પરની ચામડીમાં અપાતું નાનું ઇન્જેક્શન છે. બધાં દર્દીઓને હેપરનિ આપવામાં આવશે નહીં.

એન્ટી-એમ્બોલઝિમ સ્ટોકગિ્સ: જો અનુકૂળ લાગે તો, તમને આ (ઘૂંટણ સુધીના મોજા) માપ લઇને પહેરાવવામાં આવશે. તેને સૂચવ્યા પ્રમાણે પહેરવાનું અને એ ખાતરી કરવાનું બહુ મહત્વ છે કે સ્ટોકગિ્સ દવિસમાં ઓછામાં ઓછાં એકવાર કાઢી નાખવામાં આવે જેથી કરીને તમારી ચામડી ધોઇને તેનું નરિીક્ષણ કરી શકાય. સ્ટોકગિ્સની જરૂરયિાત ધરાવતા મોટા ભાગના લોકોએ શસ્ત્રક્રયિા કરાવી હશે.

આમાંની કોઇપણ સારવારો સૂચવવામાં આવે તે પહેલાં, ક્લનિશિયિન તપાસશે કે શું એવા કોઇ કારણો છે કે તમારે સ્ટોકગિ્સ ના પહેરવા જોઇએ.

## મને VTE થવાનું મારું જોખમ ઘટાડવામાં મદદ મેળવવા હું શું કરી શકું છું?

તમને VTE થવાનું તમારું જોખમ ઘટાડવા તમે તમારી જાતે ઘણું બધું કરી શકો છો:

- જ્યારે તમે પાણી પી શકો ત્યારે, તમે શરીરમાં પાણીનું જરૂરી પ્રમાણ જાળવવા પુષ્કળ પાણી પીતા હોવાની ખાતરી કરો.
- તમને સલાહ આપ્યા મુજબ હલનચલન કરતા રહો અને ઝડપથી ચાલો.
- તમારા તબીબ કે નર્સને પૂછો, “મને લોહી ગંઠાવાનું મારું જોખમ ઘટાડવા શું કરવામાં આવી રહ્યું છે?”

## હું હોસ્પિટલ છોડું ત્યારે શું થાય છે?

કેટલાક લોકો માટે, તમે હોસ્પટિલ છોડો ત્યાર પછી સારવાર ચાલુ રાખવી જરૂરી હોઇ શકે. જો આવો કસ્સિો હોય તો, તમને આ સમજાવવામાં આવશે.

જો તમને ઘરે VTE નાં ચિહ્નો અને લક્ષણો થાય તો, કૃપા કરી તાત્કાલિક તબીબી સલાહ મેળવો, કાં તો તમને રજા આપનાર વોર્ડમાંથી, તમારા GP પાસેથી અથવા તો તમારી સૌથી નજીકની હોસ્પિટલના ઈમરજન્સી ડિપાર્ટમેન્ટમાંથી મેળવો.

જો તમને કોઇ પ્રશ્નો હોય, અથવા આ માહિતીપત્રિકા વિશે કશું ના સમજી શકતા હો તો, કૃપા કરી તમને સારવાર આપવામાં આવી હોય તે વોર્ડ કે ડિપાર્ટમેન્ટનો સંપર્ક કરો.

Russells Hall Hospital સ્વીચબોર્ડ નંબર: 01384 456111

**આ માહિતીપત્રિકા અહીંથી ડાઉનલોડ કરી શકો છો કે છાપી શકો છો:**

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

જો તમે આ દર્દી માહિતીપત્રિકા પર કોઇ પ્રતિભાવ આપવા માગતા હો તો, કૃપા કરી ઈમેલ કરો, 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 brosura poate fi pusa la dispozitie tiparita cu caractere mari, versiune audio sau in alte limbi, pentru acest lucru va rugam sunati la 0800 073 0510.

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

મૂળ લેખક: સારા ગેસ્ટ. સમીક્ષા કર્યાની તારીખ: જુલાઇ 2017. આગામી સમીક્ષા કરવાની તારીખ: જુલાઇ 2020. આવૃત્તિ: 5. DGH સંદર્ભ: DGH/PIL/00158