UPOZORENJE O KRVNOM UGRUŠKU

ŠTO JE KRVNI UGRUŠAK?

Krvni ugrušak je stvaranje ugruška unutar krvne žile, najčešće u nozi, koji se može otkinuti te doći do pluća, što može biti smrtonosno.

60% ugrušaka pojavi se pri boravku u **BOLNICI** ili **90 DANA** nakon prijema u bolnicu.

Krvni ugrušci mogu biti vrlo ozbiljni, ali postoje učinkovito liječenje koji ih pomažu spriječiti.

ZNAKOVI I SIMPTOMI KRVNOG UGRUŠKA

- Oticanje, bol u jednoj nozi ili ruci
- Osjećaj topline ili crvenilo u nozi ili ruci
- Zapuhanost ili ubrzano disanje
- Bol u grudima (posebice pri dubokom disanju)
- Kašljanje ili iskašljavanje krvi

Ako imate jedan od navedenih simptoma ili više njih, postoji mogućnost da imate ugrušak te vam je potrebno hitno liječenje.

UPOZORENJE O KRVNOM UGRUŠKU

KAKO SI MOGU POMOĆI?

- Zatražite procjenu rizika od krvnih ugrušaka, posebice ako ste u nekoj od rizičnijih skupina navedenih na desnoj strani.
- Hodajte i krećite se što je više moguće.
- Pijte puno tekućine.
- Ako vam se savjetuje upotreba čarapa ili lijekova za sprječavanje nastanka ugruška ili njegovo liječenje, pridržavajte se uputa.
- Zapamtite, pojava krvnog ugruška u venama vjerojatnija je do90 dana nakon boravka u bolnici.
- Ako primijetite bilo kakve znakove ili simptome ugruška, **odmah** potražite liječničku pomoć.

Imate VEĆU MOGUĆNOST dobiti ugrušak **BOLNICI**

nego u **AVIONU!**

Jesam li u rizičnoj skupini?

MOŽETE BITI U SKUPNI VIŠEG RIZIKA, AKO:

- primljeni ste u bolnicu i tijekom 90 dana nakon odlaska kući;
- imate aktivni rak ili primate liječenje za rak;
- trudni ste ili ste rodili prije manje od 6 tjedana;
- postali ste nepokretni (više od 3 dana u krevetu / putujete bez stanke više od 6 sati / imate nogu u gipsu).

RIZIK MOŽE BITI DODATNO POVEĆAN AKO:

- ste vi ili član bliže obitelji imali krvni ugrušak;
- imali ste operaciju u posljednjih 90 dana;
- imate trombofiliju (sklonost krvnom zgrušavanju);
- koristite se pilulama za oralnu kontracepciju ili primate hormonsku nadomjesnu terapiju;
- imate srčanu, plućnu ili upalnu bolest;
- imate više od 60 godina ili imate prekomjernu težinu;
- imate varikozne vene koje postaju crvene i bolne.