ТРОМБ
ПАМ'ЯТКА ПАЦІЄНТА

ЩО ТАКЕ ТРОМБ?

Це утворення згустку всередині кровоносної судини, зазвичай у нозі, який може відірватися та потрапити у легені. Це може призвести до

60% тромбів виникають у **ЛІКАРНІ** або протягом **90 ДНІВ** після госпіталізації.

Тромби можуть бути дуже серйозною проблемою, але є ефективні методи боротьби з ними й їхнього запобігання.

ОЗНАКИ ТА СИМПТОМИ УТВОРЕННЯ ТРОМБУ:

- набряк чи біль у одній нозі чи руці;
- відчуття тепла або почервоніння в нозі чи руці;
- задишка або прискорене дихання;
- біль у грудях; (особливо під час глибокого вдиху);
- кашель, у тому числі кашель із кров'ю.

Якщо ви маєте один або кілька із зазначених симптомів, існує ймовірність виникнення тромбу, і вам потребується термінове лікування.

ПАМ'ЯТКА ПАЦІЄНТА ТРОМБ

ЧИ Я в групі ризику?

ЯК Я МОЖУ СОБІ ДОПОМОГТИ?

- Дізнайтеся, якою є ймовірність виникнення тромбів, особливо якщо ви знаходитесь у групі ризику, що описана навпроти.
- Ходіть і рухайтеся якомога більш
- Пийте багато рідини.

ВІРОГІДНІСТЬ виникнення тромбу ВИЩА у **ЛІКАРНІ** Н ніж у **ЛІТАКУ**

- Якщо вам призначили панчохи або ліки для запобігання тромбам, суворо дотримуйтесь рекомендацій.
- Пам'ятайте, що виникнення тромбу у венах можливе протягом 90 днів після госпіталізації.
- Якщо ви маєте ознаки або симптоми виникнення тромбу, **негайно зверніться** по медичну допомогу.

У ВАС ВИСОКА ЙМОВІРНІСТЬ ВИНИКНЕННЯ ТРОМБУ, ЯКЩО ВИ:

- перебуваєте у лікарні або протягом останніх 90 днів виписані з лікарні;
- маєте онкологічне захворювання, або проходите лікування від раку;
- вагітні або народили дитину менше ніж 6 тижнів тому;
- стали малорухомим (більше 3 днів у ліжку/ в дорозі без зупинок більше 6 годин/у гіпсовій пов'язці).

РИЗИК ЗРОСТАЄ, ЯКЩО:

- у вас чи вашого близького родича колись був тромб;
- за останні 90 днів ви перенесли операцію;
- ви маєте тромбофілію (схильність до тромбоутворення);
- ви приймаєте пероральні контрацептиви або ЗГТ;
- у вас є захворювання серця чи легень або запальні захворювання;
- вам більше 60 років, або у вас є надмірна вага;
- ви маєте варикозне розширення вен з ділянками, що почервоніли або болять;