



خطرات لخته شدن خون در رگ ها

ترومبوز به وضعیتی الحاق می شود که در رگ های خونی، به ویژه در ناحیه پا، لخته خون ایجاد می شود. این مسئله می تواند در سایر قسمت های بدن نیز اتفاق بیفتد.

ترومبوز به وضعیتی الحاق می شود که در رگ های خونی، به ویژه در ناحیه پا، لخته خون ایجاد می شود. این مسئله می تواند در سایر قسمت های بدن نیز اتفاق بیفتد.

لخته های خون درون رگ ها معمولاً در ناحیه ران پا و خیم تر از لخته های ایجاد شده در قسمت های پایینی پا هستند. این مشکل با درد همراه بوده و اگر به ریه ها برسد، مشکلات مختلفی را به دنبال خواهد داشت.

اگر لخته موجود در یک رگ خونی قطع شده و در جریان خون شروع به حرکت کند، ممکن است به ریه برسد. این مشکل انسداد خون ریوی (آمبولی ریه) نام دارد که مشکلی بسیار جدی و خطرناک است و ممکن است منجر به مرگ شود.

این مشکل در افراد چاق و افراد بالای 40 سال شایع تر می باشد. دلایل این بیماری عبارتند از: سفرهای طولانی هوایی و سفرهای طولانی مدت با اتومبیل، قطار و ... یا نشستن های طولانی مدت.

علائم ترومبوز

- ورم کردن پاها

- درد و ناراحتی در پا. این درد معمولاً در یکی از پاها احساس می شود و معمولاً در مواقع ایستادن یا راه رفتن رخ می دهد

- احساس گرمای بیش از حد در قسمتی از پا که ورم کرده یا درد می کند

- قرمز شدن رنگ پا

اهداف اصلی از درمان این مشکل

- جلوگیری از بزرگ شدن لخته ها

- جلوگیری از حرکت لخته ها و رسیدن به ریه ها

- کاهش احتمال ایجاد لخته های خونی دیگر

راه های جلوگیری

- حرکت دادن پاها هر یک ساعت یک بار می تواند از بروز این مشکل جلوگیری کند. در موقع رانندگی حتماً هر از چند گاهی به خود استراحت داده و از ماشین پیاده شوید و کمی راه بروید و یا در قطار و هواپیما از جای خود برخاسته و کمی قدم بزنید.

- از مصرف قرص های خواب آور خودداری کنید. این قرص ها فرد را دچار سکون و بی حرکتی کرده و احتمال لخته شدن خون را در شریان ها افزایش می دهد.

- لباس های گشاد و راحت بپوشید.

- از چهارزانو نشستن به مدتی طولانی خودداری کنید.

- آب بدن را با مصرف کافی مایعات تامین کنید.

- از جوراب های مخصوص ضد واریس استفاده کنید. این جوراب ها فشار خفیفی در پا ایجاد می کند که البته عوارض جانبی خاصی هم دارند. اگر یکسره در طول روز پوشیده شوند، در فرد ایجاد ناراحتی می کند، پوشیدن آنها مخصوصاً برای افراد سالخورده یا چاق کمی دشوار است و در فرد ایجاد گرما می کند.

- برخی از پزشکان مصرف آسپیرین را به خاطر تاثیر رقیق کنندگی خون توصیه می کنند. البته مصرف این قرص برای کودکان مناسب نیست و ممکن است عوارض جانبی داشته باشد. از این رو مصرف آن حتماً باید با توصیه پزشک باشد

کمبود آهن خطر لختگی خون را تشدید می کند

پزشکان در یک مطالعه جدید هشدار دادند افرادی که با کمبود آهن در خونشان مواجه هستند، بیشتر در معرض خطر لخته شدن خون قرار دارند.

وقتی که سلول های خونی و رشته های فیبرین در داخل رگ خونی با هم در یکجا جمع می شوند، لخته تشکیل می شود (تصویر مقابل). اگر لخته باعث مسدود شدن جریان خون شود، ترومبوز نام دارد.

مطالعه روی عوامل خطرزای لختگی خون در بیماری ارثی و خونی HHT نشان می دهد، درمان کمبود آهن می تواند راهکاری موثر برای پیشگیری از تشکیل لخته های خونی خطرناک در مبتلایان به این بیماری باشد.

HHT یک بیماری ژنتیکی در عروق خونی است که علائم اصلی آن، خونریزی شدید از بینی و روده است.

به گفته پزشکان، ترومبوز سیاهرگی که شامل تشکیل لخته های خونی در عروق سیاهرگی است می تواند موجب بروز درد و تورم شود، اما در عین حال اگر این لخته های خونی از بین نروند، ممکن است به عروق خونی در ریه برسند که در نتیجه خطر جدی بیمار را تهدید خواهد کرد.

دکتر کالیرشولین از انستیتو ملی قلب و ریه در این کالج تصریح کرد: ما با مطالعه روی نمونه های خونی 609 بیمار مبتلا به HHT متوجه شدیم که بسیاری از این بیماران با کمبود شدید فقر آهن بویژه به دلیل خونریزی مواجه هستند.