



Vasküler Hastalıkları

Tromboz – Pulmoner Emboli

Tromboz kavramıyla doktorlar küçük bir kan pıhtısını (trombüs) tanımlarlar. Bunun gibi kan pulcuklarının topaklanması, mesela koroner damarlarında (kalbi besleyen damarlar) bir kalp krizinin ya da beyin atar damarlarında gelişerek bir inmenin sebebi olur. Genellikle toplar damar sisteminde karşılaşılan bir kan pıhtısı tromboz olarak tanımlanır. Sıklıkla büyük bacak damarlarında oluşur ve buna derin ven trombozu denir. Bu düzensizlik tehlikesiz değildir, çünkü kan pıhtısı parçalanıp kan akımı yönünde akciğere taşınabilir. Bu şekilde pulmoner emboli ve akabinde hayatı tehdit eden bir hastalık oluşabilir.

Tromboz – kan pıhtılaşması bozukluğunun sonucu

Sıklıkla genetik faktörlere bağlı olur. Ayrıca damarın iç duvarının hasarı, ameliyat ya da travma kan pıhtılaşmasını teşvik eder. Bundan başka, modern yaşam tarzına bağlı olan risk faktörleri de vardır: Uzunca oturmak ya da ayakta durmak kan akımını engeller ve böylece kan pulcuklarının topaklanmasına ve kan pıhtısı oluşumuna yol açar. Doğum-Kontrol-hapları gibi ilaçlar, sigara ve fazla kilo da kan pıhtılaşmasını teşvik eder.

Ven trombozunun belirtileri

Bacakta bir toplar damar, bir kan pıhtısı tarafından kapatılırsa, genellikle kalkarken baldırda ani bir ağrı hissedilir. Ven trombozu için tipik olan belirtiler, bacakta sürekli ağrılar, şişlik ve mavi bir renk değişimidir. Bu semptomlar ciddiye alınmalı ve mutlaka hemen doktora gidilmelidir. Bu üç semptomun (ağrı, şişlik, renk değişimi) aynı zamanda meydana gelmeleri gerekmez!

En çok risk taşıyanlar kimlerdir?

- Trombozun sıklıkla rastlandığı ailelerden gelenler.
- Daha önce tromboz geçirenler.
- Yaşlılar.
- Kanser hastaları.
- Hamileler.

Tromboza karşı ne gibi önlemler alınabilir?

Risk faktörlerini azaltarak herkes tromboz riskini azaltabilir. En önemli yöntemler:

- bacaklardaki kan dolaşımını en iyi şekilde desteklemek için düzenli bir şekilde spor yapmak.
- Uzun süren araba seyahatlerinde sıklıkla mola vermek ve bir kaç adım atmak.
- Uzun süren uçak yolculukları sırasında sıklıkla ayağa kalkmak ve jimnastik egzersizleri yaparak bacak ve ayakların kan dolaşımını desteklemek.
- Uzun yolculuklar sırasında kanınızı akıcı tutmak için çok sıvı tüketmek. Ama alkolden kaçınınız, çünkü alkol idrar atımını arttırıp kanı yoğunlaştırır.
- Sınırlı hareket koşullarında özel elastik çoraplar giymek. Dışardan baskı vererek toplardamarlara destek olur ve böylece kanın kalbe doğru akımını kolaylaştırırsınız.
- Sigaradan vazgeçmek.
- Fazla kilolardan kaçınmak.
- Bilinen yüksek bir tromboz riski varsa, gebelik önleme olarak doğum kontrol hapları kullanmamak.

Özel bir tromboz riski bulunuyorsa, yani çok riskli durumlarda (mesela bir ameliyattan sonra uzun bir yatak istirahati gerekirse), antikoagülan (kan pıhtılaşmasını azaltan) ilaçlarla trombüs oluşumu önlenir.

Eine Information von Medical Tribune, Wiesbaden, 2014.

Für Hinweise von Arzt und Praxisteam