



رعاية آمنة للتخثر في حياتك

منع تخثر الدم

TromboseZorg Dichtbij تم تجميع هذا الكتيب بواسطة شركة

مقدمة

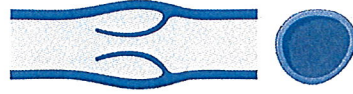
تحرص الأدوية المضادة للتخثر (مخففات الدم) على أن يكون تخثر الدم (أن يتصلب) بشكل أبطأ وتكون نسبة إصابتك بالخثار أقل بسبب ذلك. يمكن أن يكون الاستخدام الخاطئ للأدوية المضادة للتخثر خطيراً من المهم لذلك أن تعلم ما تفعله الأدوية المضادة للتخثر وكيف يجب عليك تناولها وأن تتبع نصيحة الطبيب بشكل جيد. نخبرك هنا أكثر حول الأدوية المضادة للتخثر والخثار

حول الخثار

ينغلق الوعاء الدموي بسبب جلطة دموية في حالة الخثار. ولا يسري الدم بذلك بشكل جيد. يمكن أن يحصل الخثار في وريد أو في شريان

الخثار في الوريد

الأوردة هي الأوعية الدموية التي يعود من خلالها الدم من الجسم إلى القلب. للأوردة جدار وصمامات رقيقة وهي تحرص على ألا يسري الدم في الاتجاه الخاطئ

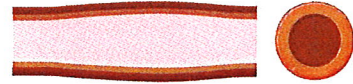


Ader (vene)

عندما يغلق الوريد بسبب الخثار، نسمي ذلك بالخثار الوريدي. يحدث هذا الخثار غالباً في الساق أو جوف البطن. إذا انكسرت الجلطة الدموية، تنتشر في الأوعية الصغيرة في الرئتين. ونسمي ذلك بالانسداد الرئوي. يمكن كذلك أن تنشأ الجلطة الدموية في الرئتين ونسمي ذلك كذلك بالانسداد الرئوي. نسمي الخثار في الأوردة الكبيرة الموجودة في العمق مثل الساقين بالخثار الوريدي العميق (DVT)

الخثار في الشريان

الشرايين هي الأوعية الدموية التي يذهب من خلالها الدم من القلب إلى كامل الجسم. لهذه الشرايين جدار سميك مطاطي. يسري الدم في الشرايين بسرعة

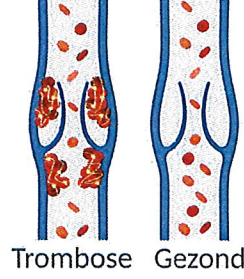


Slagader (arterie)

إذا انغلق الشريان بسبب الخثار، نسمي ذلك بالخثار الشرياني. إذا انكسرت الجلطة الدموية، تنتشر الدماغ أو في الأوعية الصغيرة في الدماغ. نسمي ذلك بالجلطة القلبية أو الجلطة الدماغية

كيف يتكون الخثار؟

يختل توازن نظام التجلط في حالة الخثار. هناك مواد موجودة في دمنا تؤدي إلى أن يتجلط دمك في حالة حدوث جرح صغير. وبفرز الجسم بذلك تجلطا يسبب وقف النزيف. عند توقف النزيف، يتوقف التجلط كذلك. يختل توازن هذا النظام في حالة الخثار مما يسبب تكون الجلطة الدموية في أماكن غير ضرورية



الخثار في الوريد

حول الأدوية المضادة للتخثر

الأدوية المضادة للتخثر (أو مخففات الدم) هي أدوية تؤدي إلى أن يكون تجلط الدم بشكل أبطأ. وتكون نسبة إصابتك بالخثار أقل بسبب ذلك

متى تُمنح الأدوية المضادة للتخثر؟

تكون نسبة الإصابة بالخثار أكبر في حالة وجود أمراض مختلفة أو في حالة تداخل أو عملية. تُمنح الأدوية المضادة للتخثر لتقليل نسبة إصابتك بالخثار (من جديد). نصف الأدوية المضادة للتخثر في حالة هذه الأمراض أو التداخلات أو العمليات:

- . في حالة اضطراب نبض القلب مثل رجفان الأذين أو البطين
- . في حالة صمام القلب الصناعي
- . بعد علاج الدعامة أو وضع الدعامة
- . بعد الخثار
- . بعد الجلطة الدماغية أو القلبية
- . بعد عملية أو خلال ارتداء رباط الجبس حيث تكون أقل تحركا
- . في حالة وجود مرض تخثر وراثي
- . في حالة السرطان، وخاصة أثناء العلاج

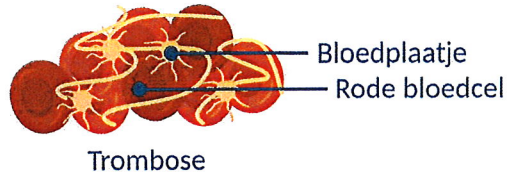
أنواع الأدوية المضادة للتخثر

هناك أربعة أنواع من الأدوية المضادة للتخثر. يقرر طبيبك أي دواء تُمنح

مبثطات الصفائح الدموية أو مبثطات تراكم الصفائح الدموية (TAR)

الصفائح الدموية TAR الصفائح الدموية هي خلايا صغيرة تلتصق ببعضها لتكوين التجلط. تجعل أقل التصاقاً، مما يجعل تكون التجلط أبطأ

هي مخففات دم "خفيفة" سهلة TAR. غالباً في حالة (وجود نسبة) خثار في الشرايين TAR يتم استخدام هي أقراص. ويتم منحها غالباً بجرعة واحدة ولا يجب فحص دمك TAR. (الاستخدام (نسبياً



مبثطات فيتامين (K (VKA)

يتم بذلك إنتاج K، هو مادة يستخدمها كبدك لإنتاج عوامل التجلط. عن طريق تثبيط فيتامين K فيتامين عوامل تجلط أقل. ويتجلط الدم بسرعة أقل بذلك

هي أقراص. من VKA. غالباً في حالة الصمامات الصناعية ورجفان الأذين والخثار VKA يتم استخدام يمكن أن يتجلط دمك بأسرع أو بأبطأ، VKA إذا كنت تستخدم VKA. الصعب تحديد كم تحتاج من مما يجب بسبب كونك مريضاً مثلاً أو مُط تغذية أو تغيير في أدويتك. يتم لذلك تسجيلك لدى خدمة يتم فحص دمك بشكل منتظم لدى خدمة الخثار. على أساس قيم دمك، VKA الخثار إن كنت تستخدم يمكنك تناوله VKA تم تحديد كم من

خدمة الخثار متواجدة دائماً من أجل الأسئلة حول VKA

مضادات التخثر المباشرة الفموية (DOAC)

مفعول عامل تخثر واحد DOAC توقف

في حالة خثار الساقين وانسداد الرئتين لمنع حدوث الخثار عند الرجفان الأذيني DOAC يتم استخدام مفعول مستقر وهي أسهل DOAC لدى VKA بشكل جيد مثل DOAC هي أقراص. تعمل DOAC استخداماً (نسبياً). لا يحدث تخثر الدم بشكل سريع أو أبطأ من اللازم. لذلك فلا حاجة لفحص تتناول جرعة ثابتة يومية بحسب وصفة الطبيب. DOAC دمك في حالة

لوقت قصير وتختفي من جسمك بسرعة. إذا نسيت تناول الأقراص، تزداد خطورة الخثار DOAC تعمل لذلك فمن المهم ألا تنسى تناول أقراصك

الهيبارين منخفض الوزن الجزيئي (LMWH)

الهيبارينات منخفضة الوزن الجزيئي هي مواد مانعة للتخثر بشكل حقن. يمكن منح هذه الحقن تحت على أساس وظيفة الكلية والوزن وسبب استخدامك لمخفف LMWH (الجلد. يقرر طبيبك جرعة كمية الدم

يتم وصف حقن LMWH إذا:

- . كان يجب عليك أن تخضع لعملية
- . كنت ملزماً بالفراش لمدة
- . كنت حاملاً ولديك خثار وريدي أو خطورة مرتفعة للخطر
- . لم تكن مستقرًا بما فيه الكفاية بالأقراص من خدمة الخثار بعد حدوث خثار أو انسداد الرئتين
- . وجب عليك التوقف مؤقتًا عن استخدام المادة (المواد) المضادة للتخثر الخاصة بم سبب عملية أو تداخل (طب أسنان) مثلًا (ندعو ذلك التجسير)

ما الذي يجب عليك أن تنتبه إليه عند استخدامك للأدوية المضادة للتخثر

تؤدي الأدوية المضادة للتخثر إلى أن دمك يتجلط بسرعة أقل وتقل بذلك نسبة حصول الخثار. يؤدي التجلط بسرعة أقل كذلك إلى أنك تنزف بشكل أسهل. سوف ينزف الجرح (على الجهة الخارجية أو الداخلية من جسمك) لوقت أطول وبشكل أغزر

من المهم جدًا أن تتناول الأدوية المضادة للتخثر بشكل صحيح وأن تتبع نصيحة الطبيب بشكل جيد. وإلا فيمكن أن تكون الأدوية خطيرة. إذا حدث تجلط دمك بشكل أبطأ من اللازم، يكون من الصعب جدًا وقف النزيف. يجب عليك لذلك الانتباه إلى إشارات الإنذار بحدوث نزيف

إشارات الإنذار بحدوث نزيف

اتصل مباشرة بأخصائيك المعالج أو طبيب العائلة أو خدمة الخثار (إن كنت قيد العلاج هناك) عند:

- . كون البول باللون الأحمر
- . كون البراز بلون أسود قاتم أو وجود دم مع البراز
- . أعراض شلل في ذراعك أو ساقك أو اعوجاج الوجه أو عدم القدرة على الحديث بشكل جيد
- . ألم شديد مفاجئ في البطن
- . بقعة زرقاء كبيرة بقطر أكبر من 10 سم
- . حدوث بقع زرقاء بشكل مفاجئ بدون سبب لذلك
- . نزيف أنف لوقت طويل يستمر أكثر من نصف ساعة
- . دم يخرج بالسعال أو التقيؤ

الجمع مع أدوية أخرى

يمكن لبعض الأدوية أن تؤثر على عمل الأدوية المضادة للتخثر. وتقوم بتقوية المفعول أو تعمل بشكل مضاد له. من المهم جدا أن يكون لدى صيدليتك وطبيبك المعالج وخدمة الخثار كشف حديث بالأدوية التي تستخدمها. ينطبق ذلك أيضا على الأدوية التي تشتريها بدون وصفة من محل العقاقير. احرص دائما على أن يكون لديك كشف بالأدوية عند طلب ذلك منك

العملية والتداخلات مع الأدوية المضادة للتخثر

إذا كنت مضطرا لإجراء تداخل أو علاج أسنان أو عملية أثناء علاج منع التخثر أخبر طبيبك المعالج أو أخصائي التخدير عندئذ دائما بأنك تستخدم الأدوية المضادة للتخثر. من الضروري في بعض التداخلات التوقف لبعض الوقت عن استخدام الأدوية المضادة للتخثر لمنع النزيف. إذا تم علاجك من قبل خدمة الخثار، يجب عليك إبلاغ خدمة الخثار بأنك ستجري تداخلا أو عملية. ويجب أن يعلموا ما هو التداخل الذي ستجريه ومتى سيحدث

تعليمات العيش مع الأدوية المضادة للتخثر

من المهم أن تستخدم الأدوية المضادة للتخثر في الوقت المناسب دائما وبحسب الوصفة. هل نسيت جرعة؟ تشاور عندئذ مع خدمة الخثار أو الصيدلي حول ما يجب عليك فعله

كن منتبها

كما أن من الأفضل أن تبقى منتبها لاستخدام الأدوية المضادة للتخثر. هل ستذهب من المستشفى إلى المنزل أو ستذهب إلى دار رعاية؟ انتبه إن كانت أدويةك المضادة للخثار لم تتغير. أخبر طبيبك أو ممرضتك دائما بأنك تتناول الأدوية المضادة للتخثر عندما يُسمح لك بالعودة إلى المنزل



الحركة والرياضة

الحركة والرياضة جيدتان دائما. تقلل الحركة ضغط الدم وتقلل نسبة حدوث الخثار. كما تقلل نسبة هشاشة العظام

ننصح بعدم ممارسة رياضات محددة تزيد من خطورة حدوث نزيف. حيث أنك تنزف لوقت أطول ويكون إيقاف النزيف أصعب بسبب الأدوية المضادة للتخثر. الرياضات التي ننصح بعدم ممارستها هي:

- رياضات الاتصال مثل الملاكمة (الكيك بوكسينغ) والجودو
- الغطس العميق وتسلق الجبال أعلى من 2500 متر

الإجازة

احرص دائما على أن تكون لديك أدوية كافية لطول مدة سفرك. خذ لائحة أدوية معك، ربما باللغة الإنجليزية. ويمكنك طلبها من خدمة الخثار أو الصيدلية. إذا حدث شيء أثناء الإجازة، أخبر مقدمي المساعدة أنك تستخدم أدوية مضادة للتخثر وأرهم لائحة الأدوية

المزيد من المعلومات

يمكنك هنا كذلك طلب بطاقة شخصية مضادة للخثار مجانا مع أهم البيانات:

Antistollingscentrum TromboseZorg Dichtbij

Kerkeland 3
6651 KN Druten
T: 0487-740400
E: info@tzd.nl

W: www.trombosezorgdichtbij.nl

متاح من الاثنين إلى الجمعة من 8:00 صباحًا إلى 12:00 ظهرًا ومن 13:00 ظهرًا إلى 16:00 مساءً

اتحاد خدمات الخثار الهولندية (FNT)

Rijnsburgerweg 10, 2333 AA Leiden

هاتف: 0715617776 موقع: www.fnt.nl

بريد إلكتروني: fnt@fnt.nl

- . المزيد من المعلومات حول الأدوية المضادة للخثار على thisarts.nl:
- . أستخدم مخفف الدم (DOAC). ما الذي يجب علي الإنتباه إليه؟
- . أستخدم مخفف الدم (cumarine) ما الذي يجب علي الإنتباه إليه؟
- . أستخدم مخفف الدم (مثبط الصفائح الدموية). ما الذي يجب علي الإنتباه إليه؟
- . نسيت تناول مخفف الدم الخاص بي

هل لديك أسئلة؟

هل لديك أسئلة؟ اطرحها على طبيبك (طبيب العائلة) أو خدمة الخثار أو الصيدلي

TromboseZorg
Dichtbij 