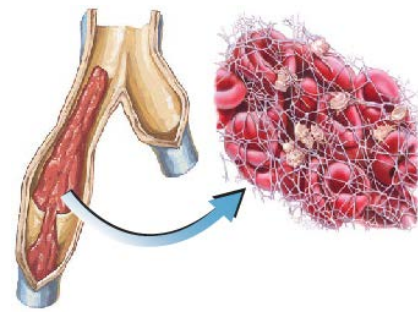


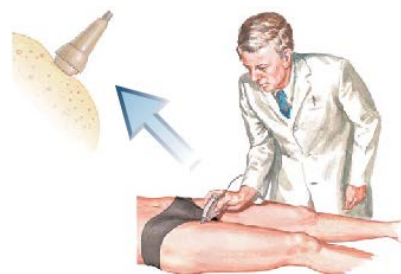


ลิ่มเลือดอุดตันในหลอดเลือดดำส่วนลึก (DVT) เป็นโรคที่  
 เกิดขึ้นเมื่อลิ่มเลือดในเส้นเลือด เส้นเลือดดำที่ได้รับผลกระทบ  
 มักจะอยู่ลึกลงไปใต้อาหวนแต่สามารถเกิดบริเวณอื่นได้ ลิ่ม  
 เลือดทำให้เลือดไหลเวียนได้ช้าลง บริเวณนั้นจะบวม แดง และ  
 เจ็บปวด ถ้าลิ่มเลือดเคลื่อนไปที่ปอด ปอดจะอุดตัน(เส้นเลือด  
 อุดตันในปอด)ส่งผลให้เกิดปัญหาการหายใจรุนแรงได้ DVT มัก  
 ส่งผลต่อผู้ที่ไม่ได้ออกกำลังกาย สูงอายุ ตั้งครรภ์ หรือมีเลือด  
 พืดปกตที่เพิ่มความเสี่ยงในการแข็งตัวของเลือด



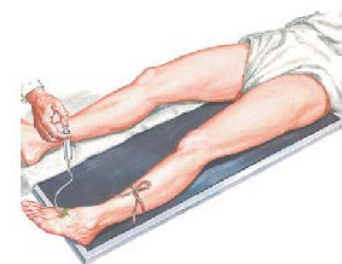
## สาเหตุ

การนอนพักเป็นเวลานาน (มากกว่า 3 วัน) การผ่าตัดล่าสุด  
 (ดมยาสลบนานกว่า 30 นาที), สูบบุหรี่, น้ำหนักเกิน เดินทาง  
 การอากาศหรือการรดยนต์เป็นเวลานาน ใช้ยาคุมกำเนิดและการบำบัดทดแทนเอสโตรเจนและ  
 ครอบครัหรือประวัติส่วนตัวเกี่ยวกับปัญหาการแข็งตัวของเลือดสามารถเพิ่มความเสี่ยงของ  
 DVT



## อาการ

อาการต่าง ๆ ได้แก่ ปวด เจ็บ แสบร้อน บวมแดง ในพื้นที่ ใน  
 ระยะแรกอาจไม่มีอาการ



## วินิจฉัย

แพทย์จะสอบถามอาการและทำการตรวจร่างกาย ถ้าสงสัย DVT แพทย์อาจแนะนำการตรวจอัล  
 ตราซาวนด์บริเวณขาบวมหรือส่วนอื่นเพื่อวัดเลือดไหลเข้าสู่บริเวณนั้นและตรวจเลือด (D-  
 dimer) ในบางกรณี สงสัยว่าจะวินิจฉัยแต่การตรวจคลื่นเสียงและการตรวจเลือดยังไม่ได้  
 แพทย์อาจสั่งให้ทำการศึกษาเอ็กซเรย์พิเศษด้วย(venography) ซึ่งสีย้อมถูกฉีดเข้าไปในเส้น  
 เลือดเพื่อดูก้อนที่ขัดขวางการไหลเวียนของเลือด



## การรักษา

การรักษาคือการฉีดเฮปารินทันทีเพื่อทำให้เลือดละลายและป้องกันการขยายขนาดของลิ่มเลือด เฮปาริน สามารถให้ทางหลอดเลือดดำหรือฉีดเข้าใต้ผิวหนังได้ แพทย์จะเป็นผู้ตัดสินใจว่า ตัวเลือกใดดีที่สุดสำหรับคุณ แพทย์จะสั่งยา warfarin มาให้ด้วยเพื่อป้องกันการเกิดลิ่มเลือดจากการขยายและหยุดลิ่มเลือดใหม่ อีกสองสามวันจะได้รับทั้งเฮปารินและวาร์ฟาริน เมื่อ warfarin ถึงระดับที่ต้องการในเลือด จะให้หยุดheparin ให้วาร์ฟารินต่อเนื่องเป็นเวลา 6 เดือน หรือนานกว่านั้นขึ้นอยู่กับสาเหตุของ DVT ตรวจสอบเลือดให้แน่ใจต้องให้ปริมาณยา วาร์ฟาริน ถูกต้อง แพทย์อาจแนะนำถุงน่องพิเศษให้เพื่อควบคุมอาการบวมที่ขา สำหรับคนอ้วนควรลด น้ำหนักและขยับตัวมากขึ้นเพื่อป้องกันการอุดตันในอนาคต

## ควรไม่ควร

- ✓ กินยาแล้วไปตรวจเลือด (INR) เพื่อตรวจสอบระดับยาในเลือด
- ✓ ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์เกี่ยวกับการลดน้ำหนักและออกกำลังกายมากขึ้นเพื่อลดความเสี่ยงของการเกิดซ้ำของ DVT
- ✓ ให้เดินไปมาและเหยียดขาของคุณถ้าคุณนั่งนาน ๆ
- ✓ พบแพทย์หากอาการไม่ดีขึ้น
- ✓ ควรพบแพทย์ทันทีหากคุณมีอาการเจ็บหน้าอกหรือไอเป็นเลือด
- ✓ ควรพบแพทย์ก่อนเดินทางไกลและถามแพทย์ของคุณเกี่ยวกับการใช้แอสไพรินหากคุณไม่รับประทานวาร์ฟาริน
- ✓ พยายามยกขาสูงขณะนั่งหรือนอน



- ✗ อย่ายืนหรือนั่งในที่เดียวเป็นเวลานาน
- ✗ อย่าสวมเสื้อผ้าที่จำกัดการไหลเวียนของเลือดที่ขา.
- ✗ อย่าไขว้ข้อเท้าหรือขาขณะนั่งหรือนอน
- ✗ ห้ามสูบบุหรี่
- ✗ อย่าเล่นกีฬาที่เสี่ยงบาดเจ็บเมื่อกานวาร์ฟาริน เพราะเสี่ยงที่จะมีเลือดออกได้