Alrijne

Revalidatie

Voorkomen van trombose

Contactgegevens ziekenhuizen van Alrijne

Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 582 8282

Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2402 WC Alphen aan den Rijn
071 582 8282

www.alrijne.nl

Wat kunt u doen om trombose tijdens uw opname te voorkomen? In deze folder kunt u lezen wat trombose is, hoe het kan ontstaan, wat het gevaar is en wat u kunt doen om trombose te voorkomen.

Wat is trombose?

Bloed stolt in ons lichaam. Onder bloedstolling verstaan we het vast worden van vloeibaar bloed als een natuurlijk beschermingsmechanisme tegen bloedverlies. Dit is een natuurlijk en noodzakelijk proces van het lichaam om bloedverlies te voorkomen of te beperken. Deze balans tussen bloeden en stollen kan verstoord raken, met als gevolg het optreden van een stolsel terwijl dit niet (meer) nodig is. Dit heet trombose. Door trombose wordt de doorstroming van het bloedvat belemmerd.
Trombose in de ader wordt een veneuze trombose genoemd, als het in het been optreedt spreekt men van een "trombosebeen". Wanneer een stolsel losraakt, mee wordt gevoerd met de bloedstroom en vastloopt in de bloedvaten van de longen, dan spreekt men van een longembolie.

Verschijnselen van trombose

- Pijn in het been;
- Moeite met lopen;
- Zwelling van het been;
- Been kan rood/paars kleuren.

Verschijnselen van een longembolie

- Acute benauwdheid of kortademigheid;
- Pijn bij het inademen;
- Flauwvallen/wegraken.

Hoe kan trombose ontstaan?

Trombose kan ontstaan als de bloedstroom vertraagd is, zoals bij langdurige bedrust of na een operatie. Ook een veranderde samenstelling van het bloed kan trombose veroorzaken, bijvoorbeeld door een ontsteking of bij kanker.

Wat kunt u zelf doen om trombose te voorkomen?

- Probeer zo vaak mogelijk uit bed te komen, wanneer arts zegt dat u dit kunt;
- Drink elke dag voldoende water;
- Vertel uw arts onmiddellijk als u last van uw benen heeft of benauwd bent;
- Neem alle medicijnen in die de arts voorschrijft;
- Beweeg uw voeten en benen zo vaak mogelijk wanneer u bedlegerig bent;
- Buig en strek uw benen om de kuitspieren aan het werk te zetten.

Wat kunnen artsen doen om trombose te voorkomen?

Als het risico op trombose verhoogd wordt ingeschat schrijft uw arts medicijnen voor (toegediend via subcutane injecties) of elastische compressie kousen.

Vragen?

Heeft u nog vragen, stel ze dan aan uw arts of de verpleegkundige/verzorgende van de afdeling.