

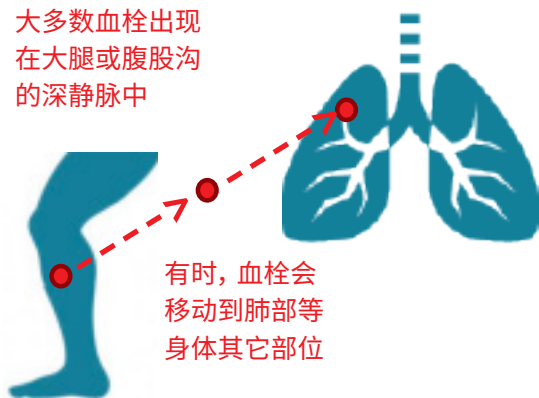
预防孕期和产后血栓形成

针对女性及其家人

在正常、健康的血管中,如果血液凝结变稠,就会形成血栓,导致血流阻滞。轻微的血栓没有征兆和症状,但是有些会造成严重的疾病,某些情况下会造成死亡。

大多数血栓出现在大腿或腹股沟的深静脉中

移动到肺部的血栓极其危险



孕期或生产后的女性出现血栓的几率更大。

影响因素

以下情况得血栓的风险更高:

- 40岁以上
- 体重过重
- 曾经有过血栓
- 家人有过血栓
- 有慢性病(心脏疾病)或血液疾病(易栓症等)
- 患有严重的静脉曲张

孕期

- 住院
- 怀有不止一个宝宝
- 由于怀孕早期孕吐等原因造成脱水或行动不便
- 长时间没有活动,如手术之后,或连续乘坐交通工具4小时以上
- 有先兆子痫



产后

- 分娩时间很长(超过24小时)
- 做了剖腹手术
- 生产之后大量失血或接受了输血



如果您有任何担忧,请联系医生或助产士。

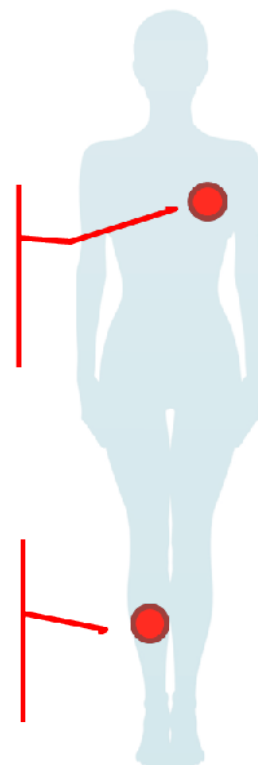


血栓的征兆和症状

如果出现以下任何一种症状,请告知医生或助产士:

胸痛、突然呼吸困难或咳出带血黏液

腿部疼痛及/或肿大。皮肤发红或发热。



如何预防血栓



喝水

水能促进血液流动。咨询医生或助产士每天需要喝多少水。



保持运动

积极锻炼身体有助于保持血液流通。询问医生或助产士是否可以四处走动。



使用压力袜

如果让您穿压力袜,应该遵循医嘱。

医生会怎么做

为了预防血栓形成,医生可能会为您开抗血栓的药物及/或机械仪器。如果您认为有风险,请与医生或助产士沟通。

抗血栓药物

抗血栓药物会减缓血凝块形成,降低血栓形成的几率。医生会选择适合您的最佳药物。您很可能需要在每天特定的时间进行注射。如果孕期您一直住院,或者您已经生产,您在回家之后可能还需继续服药。

机械仪器

机械仪器在您腿部施压,保持血液流动。机械仪器有多种类型,最常见的就是压力袜。如果压力袜穿起来不舒服,先跟医生或助产士沟通再脱下或调整。

血栓预防计划

<Place Patient Sticker Here>

与医生或助产士共同填写下面信息,记录预防血栓的服药情况:

药物名称:

剂量:

服用时间:

服用时长:

机械仪器:

使用时长:

如果您的任何一只腿有肿痛,或出现呼吸困难或胸痛的情况,立即联系您的GP或直接去急诊科。

血栓医学术语

深静脉血栓 (Deep Vein Thrombosis, 简称DVT) 这一医学术语指的是在手臂、双腿或腹股沟深静脉产生的血栓。

肺栓塞 (Pulmonary Embolism, 简称 PE) 指的是移动至肺部的血栓。

DVT 和 PE 都叫做静脉血栓栓塞 (thromboembolism, 简称 VTE)。

VTE预防项目

VTE预防项目由Clinical Excellence Commission开展,旨在帮助住院患者预防血栓 (VTE) 的形成。

该项目有助于增强意识,改善医疗水平,提高全体患者的风险评估水平,同时采取恰当的治疗方法降低VTE的风险。

了解更多信息请访问网站 <http://www.cec.health.nsw.gov.au/programs/vte-prevention>

Preventing Blood Clots in Pregnancy and After Birth
Information for Women and Their Families.

Released May 2017, © Clinical Excellence Commission 2014. SHPN (CEC)170348.

免责声明

本情况说明仅作为教育目的使用,不可用于引导及/或决定实际的治疗措施。任何相关的决定应该以治疗医生或其他医疗专业人员的建议为基础。