

患者氏名 :  
患者 ID :

## 深部静脈血栓症(静脈血栓塞栓症)と 肺塞栓症予防のための説明書

### 1. 深部静脈血栓症という言葉をお聞きになったことはありませんか？

深部静脈血栓症(静脈血栓塞栓症)を予防するために、知っていただきたいことをこの用紙にまとめておりますので、ご参考になさってください。ただし、症状によっては、治療上、運動の範囲や水分の摂取量が制限されることがありますので、必ず担当医師、看護師から説明をお聞きになって下さい。

### 2. 深部静脈血栓症(静脈血栓塞栓症)とは

入院されると、運動する機会が少なくなったり、ご症状に応じた運動制限や安静が必要になることがあります。また手術を受ける方は、手術中に長時間同じ姿勢をとったり、手術後ベッド上での安静が必要な場合があります。このような状況では、筋力が低下し、更に筋肉を動かさないでいると、血管周囲の筋肉の収縮によるポンプ作用が弱くなるので、静脈の流れが悪くなり、血管内に血液が貯留します。こうなると、血管周囲に水分が染み出してしまいう為、足にむくみが出て血液が固まりやすくなります。この血液の固まり(血栓)が出来た状態を「深部静脈血栓症(静脈血栓塞栓症)」と言います。症状はふくらはぎの太さの左右差や下肢の痛みです。

### 3. 肺塞栓症とは

血栓が出来た状態で立ち上がって歩いた時に、血栓が血管の壁から剥がれ血液の流れに乗り、心臓を経て肺に到達し、肺の動脈に詰まってしまう事を「肺塞栓症」といいます。胸部痛や呼吸困難、強い全身倦怠感、さらにはショックにいたる重篤な症状をもたらします。最悪の場合、生命が危険になることもあります。まず深部静脈血栓症(静脈血栓塞栓症)を予防することが、肺塞栓症を予防することになる事をご理解下さい。

### 4. 深部静脈血栓症(静脈血栓塞栓症)になりやすい方

深部静脈血栓症(静脈血栓塞栓症)には、血流のうっ滞(血液が流れにくくなる)と血液凝固能亢進(血液が固まりやすくなる)が関係しています。

※特に注意が必要なのは次のような状態にある方です。

手術、外傷(骨折)、長期臥床、肥満、高齢、悪性腫瘍、妊娠、経口避妊薬(ピル)服用中、糖尿病、心疾患、脳梗塞、ネフローゼ症候群の既往ある方など。

患者氏名 :

患者 ID :

## 5. 予防

- 適度な歩行や足の運動：下肢の血流のうっ滞を防ぎ、血液の流れを促します。

- ・ 早期離床
- ・ 寝たままでもできる運動
- ・ 足首や足の指の運動

- 適度な水分補給：血液が濃くなり、固まりやすくなるのを防ぎます。

※ただしカフェインの入ったコーヒーや紅茶を飲みすぎると、尿量を増やす作用のために飲んだ量以上の尿が出ることもあるので注意が必要です。

### (医師の指示により以下の処置を実施する場合があります)

- 弾性ストッキング：医療用弾性ストッキングの着用により、下肢の深部血管の血流が速くなり、血栓ができることを予防します。
- 下肢間歇的圧迫装置：専用ポンプを使用し、下肢に空気圧を加えることで、血液の流れを促します。
- 抗凝固剤の注射や内服：血液を固まりにくくします。

※当院では各科で検討した予防策を実施しています。これらの予防策を行えば、100%大丈夫と言うものではありませんが、統計上は効果があると言われていています。また、ストッキングや間歇的圧迫装置の使用中に、持続的な圧迫によって下肢の麻痺を起こす場合があります。下肢のしびれや痛みがある場合は、看護師にご相談下さい。

抗凝固剤については血液検査の結果で調整をしますが、出血の合併症を起こす場合もあります。

※上記の内容につき十分な説明を受け、理解しました。

年 月 日

署名欄 \_\_\_\_\_