

## TROMBOSI VENOSA PROFONDA

La Trombosi Venosa Profonda (**TVP** o **TVS**, se superficiale) è una condizione nella quale si forma un coagulo di sangue (*trombo*) in una vena del nostro corpo, occludendola completamente o in parte. Ciò si verifica spesso nelle gambe.

**Sintomi?** Dolore e/o gonfiore all'arto, arrossamento e calore della cute. A volte, però, può non causare nessun sintomo.

Il trombo non solo impedisce al sangue di fluire normalmente, ma può "rompersi" e, attraverso il torrente sanguigno, arrivare alle arterie del polmone (si parla in questo caso di *embolo*) e occluderle, determinando un infarto o embolia polmonare (*tromboembolia polmonare, TEP*).

**Sintomi?** Affanno respiratorio, dolore toracico/dorsale molto intenso, tosse con fuoriuscita di tracce ematiche.

### CHI E' PIU' A RISCHIO?



- I pazienti ricoverati e allettati, ad esempio post-operati o affetti da tumore, scompenso cardiaco, malattie infettive o infiammatorie, portatori di vene varicose;



- Chi ha familiarità con questo disturbo, ad esempio chi eredita uno squilibrio della coagulazione (trombofilia);



- Persone affette da obesità;

- Donne che assumono la pillola anticoncezionale o terapia sostitutiva dopo la menopausa.



### COME PREVENIRE?

#### METODICHE FISICHE

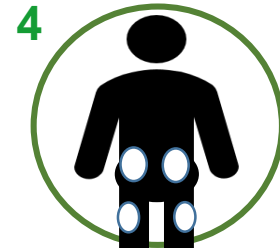
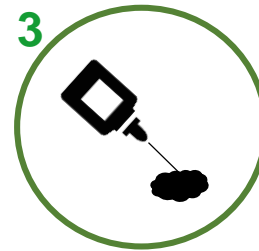
- Movimento precoce;
- Utilizzo di calze elastiche specifiche che favoriscano il ritorno venoso (di una misura adeguata alla dimensione dell'arto e alte fino all'inguine): subito prima di indossarle, tenere le gambe sollevate rispetto al bacino per qualche minuto, evitare qualsiasi piega. Utilizzarle fino alla ripresa del normale movimento.

#### METODICHE FARMACOLOGICHE

- Somministrazione di farmaci anticoagulanti che fluidifichino il sangue, mediante iniezione sottocutanea (eparina a basso peso molecolare) o pillole (nuovi anticoagulanti orali) ad intervalli regolari e per un periodo di tempo variabile. Evitare la contemporanea assunzione di farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS) se non prescritti dal medico curante.

## COME SI EFFETTUA UN'INIEZIONE SOTTOCUTANEA AL DOMICILIO?

1. Preparare il materiale: siringa, cotone e disinfettante;
2. **Lavarsi le mani;**
3. **Inumidire** il cotone con l'antiseptico;
4. Individuare la sede di iniezione (**addome: zona periombelicale, a 5 cm dall'ombelico**; cosce: superficie antero-laterale) e disinfettarla;
5. Sollevare una plica cutanea intorno al sito di iniezione;
6. **Non espellere l'aria** presente nella siringa;
7. Inserire l'ago con **un'angolazione perpendicolare (90°)** rispetto al piano della cute. Se la persona è molto magra inserire **l'ago a 45° e iniettare il contenuto**;
8. Estrarre velocemente l'ago e tamponare la sede, **senza massaggiare**.



*A cura degli infermieri Case manager dell'ASST Sette Laghi*