

آمبولی ریه چیست؟

خون به وسیله‌ی سرخرگ ریوی از قلب به درون شش‌ها می‌رود. داخل شش‌ها، اکسیژن مورد نیاز خون تامین می‌شود و سپس به قلب باز می‌گردد و قلب هم این خون غنی از اکسیژن را به بقیه نقاط بدن پمپاژ می‌کند. هنگامی که یک لخته خون در یکی از سرخرگ‌هایی که از قلب به ریه‌ها می‌روند، گیر می‌کند، به آن آمبولی ریه گفته می‌شود. وجود این لخته خون، باعث مسدود شدن جریان عادی خون می‌شود. رخ دادن این انسداد می‌تواند باعث مشکلات جدی مثل آسیب به شش‌ها و پایین آمدن سطح اکسیژن در خون بشود. کمبود اکسیژن نیز می‌تواند به اندام‌های دیگر بدن آسیب برساند. اگر لخته‌ی مورد نظر بزرگ باشد و یا سرخرگ توسط تعداد زیادی از لخته‌های کوچک مسدود شود، آمبولی ریه می‌تواند کشنده هم باشد.

آمبولی ریوی معمولا از یک سیاهرگ عمیق در پاها به ریه‌ها می‌رود که پزشکان به آن ترومبوز وریدهای عمقی می‌گویند. این لخته‌ها زمانی گسترش می‌یابند که بدن برای مدت طولانی مانند زمان پرواز یا رانندگی طولانی، بدون حرکت باقی بماند و خون نتواند آزادانه در میان پاها جریان پیدا کند. اگر بعد از عمل جراحی و یا بیماری در حال استراحت هستید، ممکن است دچار این اتفاق شوید.

چه عواملی خطر دچار شدن به آمبولی ریه را افزایش می‌دهد؟

عوامل خطرناک آمبولی ریه بسیار شبیه به عوامل خطرناک ترومبوز وریدهای عمقی است. پزشکان سه مورد زیر را سه‌گانه ویرچو می‌نامند که عوامل ایجاد ترومبوز هستند و عبارتند از:

- بی‌حرکت بودن برای مدت طولانی یا تغییر در جریان عادی خون. این مورد اغلب زمانی اتفاق می‌افتد که شما برای مدت طولانی در بیمارستان و یا روی تخت استراحت می‌کنید یا یک رانندگی یا پرواز طولانی مدت را پشت سر می‌گذارید.
- وجود خونی که احتمال لخته شدن در آن بیشتر است و به وضعیتی اشاره دارد که میل به تشکیل لخته خونی افزایش می‌یابد. چیزهایی که می‌تواند احتمال بروز این اتفاق را افزایش دهد، مصرف برخی از داروها مانند قرص‌های ضدبارداری، مصرف دخانیات، مبتلا بودن به سرطان، داشتن عمل جراحی در بازه‌ی اخیر و بارداری است.
- وجود آسیب به دیواره‌ی یک سیاهرگ.
- بروز آسیب در قسمت‌های پایینی پا می‌تواند منجر به چنین اتفاقی شود.

در برخی از موارد نادر، این احتمال وجود دارد که سرخرگی در ریه، توسط چیزی غیر از یک لخته مانند حبابی از هوا یا قسمتی از یک تومور مسدود شود. مثلا اگر یکی استخوان‌ها دچار شکستگی شود، ممکن است قسمتی از چربی موجود در مغز استخوان به درون خون بیاید و باعث بروز انسداد شود.

علائم آمبولی ریه چیست؟

می‌دانید علائم آمبولی ریه چیست؟ همانطور که گفته شد، هنگامی که یک لخته خون در یکی از سرخرگ‌هایی که از ریه به قلب می‌رود قرار گیرد، آمبولی ریه ایجاد می‌شود. علائم آمبولی ریه می‌تواند به صورت‌های مختلفی در افراد بروز پیدا کنند. تجربه هر بیمار از آمبولی ریه، بستگی به اندازه لخته خون تشکیل شده و حجمی از ریه که تحت تاثیر آن قرار گرفته است دارد. همچنین مبتلا بودن به بیماری‌های ریوی و یا قلبی، نقش متفاوتی در تجربه آمبولی ریه ایفا می‌کند. در هر حال نکته‌ی مهم این است که آمبولی ریه یک شرایط اورژانسی است و معمولا به طور ناگهانی به وقوع می‌پیوندد. در ادامه چند مورد از علائم آن ذکر شده است:

- تنگی نفس درد
- در قفسه سینه
- سرفه
- درد ناگهانی در ناحیه کمر
- تعرق بیش از حد عادی
- احساس گیجی و حواسپرتی یا بیهوش شدن
- ایجاد هاله‌ای از رنگ آبی در ناخن‌ها و لب‌ها

علائم خطرناک ترومبوز وریدهای عمقی چیست؟

وقتی یک لخته خونی در یک رگ عمقی در پاها شکل می‌گیرد، به آن ترومبوز ورید عمقی می‌گویند. اگر این لخته از پا جدا شود و با جریان خون به سمت ریه بیاید، تبدیل به آمبولی ریه می‌شود. در صورتی که هر یک از علائم ترومبوز را دارید، سریعاً به پزشک مراجعه کنید. زیرا در صورتی که ترومبوز به سرعت تشخیص داده شود، پزشکان می‌توانند از تبدیل شدن آن به آمبولی ریه جلوگیری کنند. نشانه‌های ترومبوز عبارتند از:

- ورم کردن دست یا بازو.
- احساس درد یا حساسیت به لمس در پا، هنگامی که فرد می‌ایستد یا راه می‌رود.
- دست یا بازوی ورم کرده‌ای که تصور می‌رود از حالت عادی گرم‌تر هستند.
- قرمز شدن یا بی‌رنگ شدن پوست در ناحیه درگیر.

• بزرگ شدن بیش از حد طبیعی سیاهرگ‌های سطحی پا یا بازو.

راه تشخیص علائم آمبولی ریه چیست؟

هنگام مراجعه به پزشک، وی احتمالا کار خود را با معاینه فیزیکی بیمار شروع خواهد کرد. سپس از نزدیک پاهای بیمار را بررسی می‌کنند تا ببینند که آیا متورم، حساس به لمس، رنگ‌پریده و یا گرم‌تر از حالت عادی هستند یا خیر. وجود چنین نشانه‌هایی نشان از احتمال وجود یک لخته خونی در یکی از سیاهرگ‌ها دارد. در مرحله‌ی بعد، امکان دارد که نیاز به برخی آزمایش‌های تشخیصی مانند رادیولوژی، سونوگرافی و یا آزمایش خون وجود داشته باشد. هدف از این آزمایش‌ها اندازه‌گیری میزان اکسیژن و کربن دی‌اکسید خون بیمار است. همچنین نتایج این آزمایش‌ها می‌تواند به پزشک در تشخیص ماده‌ای به نام (دی دایمر) D dimer کمک کنند. این ماده یک قطعه پروتئین کوچک خونی است که پس از لخته شدن خون، تخریب شده است. دیگر تست‌های تشخیصی که ممکن است از بیمار گرفته شود عبارتند از:

- * سی تی آنژیوگرافی ریه
- * اسکن تهویه/ پرفیوژن
- * آنژیوگرافی ریه بر پایه کنتراست
- * اکوکاردیوگرافی (سونوگرافی قلب)

ریکاوری از آمبولی ریه به چه صورت است؟

انسداد لخته خون ایجاد شده در ریه می‌تواند به ریه‌ها و دیگر اندام‌های بدن آسیب وارد کند. به این دلیل که مانع از رسیدن اکسیژن کافی به آن‌ها می‌شود. آمبولی ریه، یک بیماری جدی و خطرناک است و از این رو، بهبودی از آن می‌تواند هفته‌ها یا ماه‌ها طول بکشد. نکته‌ی دیگر در مورد آمبولی ریه این است که اگر فردی به آن دچار شود، احتمال مبتلا شدن مجدد هم برای آن شخص وجود خواهد داشت. با این حال با انجام دادن برخی از دستورالعمل‌ها می‌توان جریان خون را در حالت طبیعی نگه داشت و از لخته شدن آن جلوگیری کرد. در هنگام ریکاوری از این بیماری باید پاهای بیمار بررسی شوند تا در صورت وجود نشانه‌هایی از لخته خون، سریعاً به پزشک مراجعه شود. موارد زیر، علائمی هستند که در صورت بروز، مراجعه به پزشک را ضروری می‌سازند:

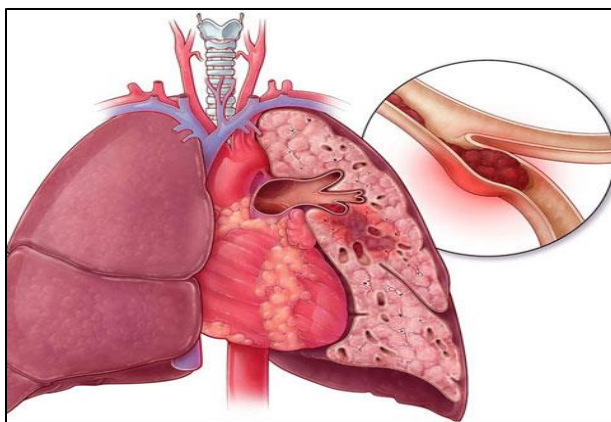
- ورم
- درد
- حساسیت به لمس
- گرم بودن بیش از حد پا و قرمز شدن پوست آن

باسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان امام حسن مجتبی (ع) شهرستان داراب

آمبولی ریه



تهیه کننده: زهرا نیکخواه

کارشناس پرستاری بخش CCU

تابستان ۱۴۰۲

منابع:

برونر سوادارت پرستاری داخلی جراحی ۲۰۲۲

مسئول علمی بخش: دکتر امیر عباس صادقی

کد مستند سازی: pph.ccu.4.2

بار کد:

علت کسالت در حال استراحت هستند یا برای مدت طولانی رانندگی کرده‌اید یا پروازی را پشت سر می‌گذارید، پیشگیری از آمبولی، می‌تواند چالش‌برانگیز باشد. عوامل خطر ساز آمبولی ریه شامل بی‌حرکی طولانی‌مدت، داشتن سابقه خانوادگی ترومبوز وریدهای عمقی یا آمبولی ریه، سن بالاتر از ۶۰ سال، داشتن سرطان‌های خاص، مصرف دخانیات، استفاده از قرص‌های ضدبارداری و هورمون‌درمانی است. اگر مشکلاتی مثل دیابت و یا نارسایی قلبی دارید، داروهای خود را مصرف کنید، مراقب آنچه می‌خورید باشید و با پزشک خود در مورد هر گونه تغییر صحبت کنید. همچنین اگر سابقه بیماری کلیه، بیماری خود ایمنی و یا سابقه خانوادگی لخته خون دارید، این موارد را هم با پزشک در میان بگذارید. در ادامه به مواردی اشاره می‌شود که می‌توانند امکان بروز آمبولی ریه را پایین بیاورند.

تأثیر ورزش کردن و تحرک داشتن در دفع خطر آمبولی ریه

چیست؟

زمانی که لازم است برای مدت طولانی در بیمارستان بمانید و یا به علت بیماری مجبور به استراحت طولانی‌مدت هستید، هر از گاهی پیاده‌روی کنید. این کار باعث جاری شدن خون در پاها می‌شود و فرصتی برای لخته شدن به آن نمی‌دهد. همچنین پزشکان دانشگاه نیویورک توصیه می‌کنند که اگر کاری انجام می‌دهید که به سبب آن، ساعت‌های طولانی راه بی‌حرکت پشت میز می‌نشینید، هر از گاهی به طور مرتب بایستید، نرمش کنید، خم شوید و پاهای خود را هنگام نشستن حرکت دهید. این مراحل کوچک، جریان خون را افزایش می‌دهند و مانع از لخته شدن آن می‌شوند.

تأثیر عدم مصرف دخانیات در پیشگیری از آمبولی ریه چیست؟

مواد شیمیایی سمی در سیگار به سلول‌های خونی و رگ‌های خونی آسیب می‌زنند و فرد را در معرض خطر بیشتری از ترومبوز وریدهای عمقی و آمبولی ریه قرار می‌دهند.

رژیم غذایی و داروها

همانطور که در قسمت قبلی شرح داده شد، داروهایی که داروهای ضد انعقاد نامیده می‌شوند اولین ابزارهایی هستند که پزشکان در صورت شناسایی آمبولی ریه برای بیماران تجویز می‌کنند و از آن‌ها به عنوان «رقیق‌کننده‌ی خون» هم یاد می‌شود؛ زیرا لخته شدن خون را سخت‌تر می‌کنند. کار این داروها از بین بردن لخته‌ی خون نیست، بلکه تنها از بزرگ‌تر شدن لخته جلوگیری می‌کنند تا بدن لخته‌ی مورد نظر را حل کند. هنگامی که فردی داروی ضد انعقاد مصرف می‌کند، نیاز است تا در مواد غذایی‌ای که مصرف می‌کند تغییراتی ایجاد کند. به طور مثال، مصرف غذاهای غنی از ویتامین K که به ساخت لخته‌های خون می‌شود، می‌تواند در روند کار داروهای ضد انعقاد اختلال ایجاد کند. فردی که آمبولی ریه را پشت سر گذاشته، باید با پزشک خود در مورد هر نسخه و یا داروهای دیگری که مصرف می‌کند صحبت کند. برخی از داروهای معمول می‌توانند بر نحوه کار ضد انعقادها تأثیر بگذارند. این داروها عبارتند از:

- آسپرین
- داروهای سرماخوردگی
- داروهای مسکن
- قرص‌ها خواب‌آور
- آنتی‌بیوتیک‌ها

انتظار می‌رود که رقیق‌کننده‌های خون باید حداقل به مدت ۳ ماه و احتمالاً بسیار طولانی‌تر توسط فرد مبتلا به آمبولی مصرف شوند تا از ایجاد لخته‌ی خونی جدید جلوگیری شود. برخی از افراد هم باید تا پایان عمر از این داروها استفاده کنند که این موضوع بنا بر نظر پزشک مشخص می‌شود. بسیاری از مردم می‌توانند بلافاصله بعد از آمبولی ریه راه بروند و کارهای سبک خانه را انجام دهند اما ممکن است به راحتی خسته شوند و یا احساس کمبود نفس داشته باشند. به همین سبب، معمولاً پزشکان به افرادی که آمبولی ریه را پشت سر گذاشته‌اند، تمرین‌های ویژه‌ای را توصیه می‌کنند تا آن‌ها را به مدت چند هفته و یا چند ماه برای کمک به افزایش قدرت تنفس خود انجام دهند.

راه پیشگیری از وقوع علائم آمبولی ریه چیست؟

بهترین راه برای جلوگیری از وقوع آمبولی ریه، جلوگیری از تشکیل لخته خون در عمق سیاهرگ‌ها است. با این وجود اگر پس از عمل جراحی و یا به