

Trombose – wat kunt u doen om het risico op trombose te verkleinen

Wat is trombose?	2
Hoe kan trombose ontstaan?	3
Wat zijn de risicofactoren?	3
Wat zijn de gevolgen van trombose?	4
Wanneer heeft u een verhoogde kans op trombose?	4
Wat kunt u doen om de kans op trombose te verkleinen?	4
Vragen?	5

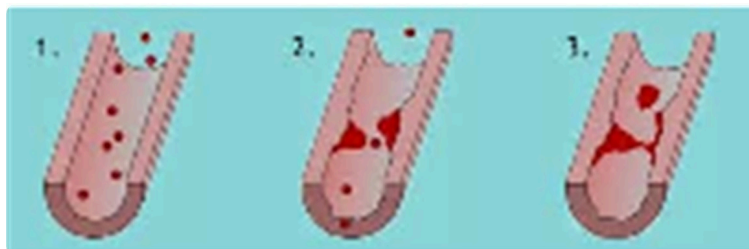
In deze folder kunt u lezen wat trombose is, hoe het kan ontstaan, wat het gevaar is en wat u kunt doen om trombose na een operatie te voorkomen.

Wat is trombose?

Trombose is de vorming van een bloedstolsel in een ader. Hierdoor wordt de doorstroming van het bloedvat belemmerd. Een bloedstolsel kan zo groot worden dat een ader volledig wordt afgesloten.

1. Onder normale omstandigheden zorgt bloedstolling ervoor dat bij een verwonding de bloedingen worden gestopt.
2. Trombose kan ontstaan als de bloedvaten aan de binnenkant niet glad meer zijn. Bijvoorbeeld bij aderverkalking en wanneer er onnodig bloedstolsels worden gevormd.
3. Als een bloedstolsel zo groot wordt dat het een bloedvat gedeeltelijk of geheel afsluit, dan noemen we dit trombose.

Bij een bloedstolsel in een ader spreekt men van veneuze trombose. Dit kan zich uiten in de vorm van een diep veneuze trombose (trombosebeen), of wanneer een stolsel losraakt, in een longembolie (stolsel in de longvaten) of herseninfarct (stolsel in de hersenen).



Verschuinselen van trombose:

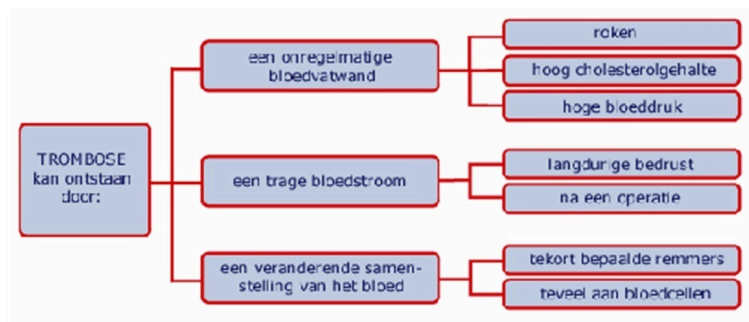
- pijn in het been;
- moeite met lopen;
- zwelling van het been;
- been kan rood/paars kleuren.

Verschuinselen van een longembolie:

- acute benauwdheid of kortademigheid;
- pijn bij het inademen.

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 bij een tekort aan remmers van de bloedstolling, een teveel aan bloedcellen en/of bloedplaatjes of een ontsteking.



Wat zijn de risicofactoren?

Na een operatie is trombose een veel voorkomende complicatie.

De risicofactoren voor het krijgen van trombose na een grote operatie zijn weinig beweging en langdurige bedrust.

Mensen met een verhoogd risico zijn:

- rokers
- gebruikers van anticonceptiepillen
- mensen met diabetes
- mensen met een hoge bloeddruk
- mensen met overgewicht
- mensen met stollingsstoornissen.

Wat zijn de gevolgen van trombose?

Trombose ontstaat in de meeste gevallen in het been. Als de trombose in het been niet goed wordt behandeld, kunnen de aders blijvend beschadigd worden. Er ontstaat een chronische aandoening: een trombosebeen. Dit is een aandoening waarbij men levenslang gezwollen benen heeft die vermoeid aanvoelen en in een aantal gevallen zelfs open wonden kan veroorzaken.

Wanneer heeft u een verhoogde kans op trombose?

Tijdens en na een grote operatie is de vorming van bloedstolsels mogelijk. Dan kan trombose snel ontstaan. Bij grote operaties komt deze complicatie vaak voor. Vooral wanneer er niets aan gedaan wordt om trombose te voorkomen. Zonder maatregelen voor en na de operatie is de kans op trombose 60 tot 70%. Ter voorkoming van trombose na een grote operatie wordt van tevoren een antistollingsmiddel (Fraxiparine, Arixtra of Fragmin) door de arts voorgeschreven. Mensen die al bekend zijn met een stollingsstoornis krijgen thuis Sintrom voorgeschreven.

Wat kunt u doen om de kans op trombose te verkleinen?

- het dragen van steunkousen heeft een preventieve werking;
- na een grote operatie of lange bedrust is het van belang zo snel mogelijk weer te proberen te lopen, zonodig met hulp van fysiotherapie;
- ook wanneer u voorgeschreven bedrust heeft, kunt u zelf beenspieroefeningen doen, zonodig met hulp van fysiotherapie. Deze oefeningen worden u tijdens uw verblijf in het ziekenhuis door de fysiotherapeut uitgelegd.

Vragen?

Heeft u nog vragen dan kunt u altijd contact opnemen met:

- uw behandelend arts
- e verpleegkundige op de afdeling waar u verblijft
- uw huisarts
- de trombosedienst in uw provincie.

Of kijk op de volgende internetsites: www.trombosedienstfriesland.nl
www.trombose.nl www.trombosestichting.nl