

مراجعه کننده عزیز

در این پمفلت سعی شده است آموزش های لازم در رابطه بانارسایی مزمن وریدی به شما داده شود، امید که با رعایت این نکات سلامتی خود را حفظ و بهبود بخشید.

نارسایی مزمن وریدی چیست؟

نارسایی مزمن وریدی یک اختلال شایع بوده که عروق پا را تحت تأثیر قرار میدهد و در طی چندین سال و به دلیل عملکرد نامناسب دریچه های وریدی شکل میگیرد
نارسایی مزمن وریدی زمانی اتفاق میافتد که وریدهای پا قادر به بازگرداندن خون به سمت قلب نباشند .

سرخرگها خون را از قلب به سمت اندامها حمل میکنند در حالی که وریدها خون را از قسمتهای مختلف بدن به سمت قلب میبرند . در صورتی که ورید ها به درستی کار نکنند باعث میشود که خون به جای این که به سمت قلب هدایت شود در پاها تجمع پیدا کند.

علل ایجاد نارسایی مزمن وریدی چیست؟

نارسایی مزمن وریدی بیشتر در بین افراد چاق، زنان باردار یا افرادی که سابقه خانوادگی ابتلا به این بیماری را دارند دیده می شود.

احتمال بروز این بیماری در افرادی که پای آنها دچار آسیب دیدگی شده است، عمل جراحی انجام داده اند یا در گذشته سابقه لخته شدن خون داشتند بیشتر است.

برخی از علل مشاهده نارسایی مزمن وریدی :

*فشار خون بالا در وریدهای پا به مدت طولانی به دلیل نشستن یا ایستادن های طولانی مدت

* بی تحرکی و ورزش نکردن

*استعمال دخانیات

*عوامل هورمونی

*ترومبوز ورید عمقی(لخته شدن خون در ورید عمقی معمولاً در ساق یا ران پا)

*فلبیت (تورم و التهاب ورید سطحی معمولاً در پاها)

علائم و تظاهرات بیماری:

اتساع وریدی ، تورم در پاها و مچ پا گرفتگی ساقهای پا ، یا خارش دردناک پاها ، درد در خلل راه رفتن که با استراحت رفع میشود، پوست قهوه ای رنگ به خصوص در نزدیکی مچ پا ، بیماری واریس ، زخمهایی معمولاً بدون درد که بافت اطراف آن می تواند خشک شود، خارش دار و ضخیم شود.

پیشگیری:

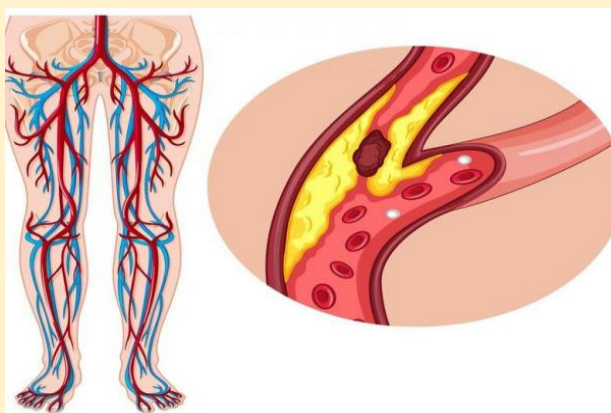
برخی از کارهایی که میتوان برای پیشگیری از ابتلا به نارسایی مزمن وریدی انجام داد عبارتند از:

- حفظ وزن سالم ،انجام تمرینات ورزشی منظم
- عدم استعمال دخانیات
- اجتناب از پوشیدن لباس تنگ یا کفش پاشنه بلند،
- اجتناب از مصرف بیش از حد نمک ،
- آب رسانی به پوست
- بالا نگه داشتن پاها نسبت به سطح قلب به مدت ۳۰دقیقه و ۳ تا ۴ مرتبه در روز
- پرهیز از ایستادن یا نشستن های طولانی مدت



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی

نارسایی مزمن وریدی



تهیه کننده: فاطمه گلستانی

سوپروایزر آموزش سلامت

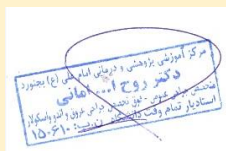
زیر نظر:

دکتر روح اله امانی

(فوق تخصص جراحی عروق و درمانهای اندوواسکولار،

عضو هیئت علمی دانشگاه)

تاریخ تولید: بهار ۱۴۰۵



بیمارستان امام علی (ع)

بجنورد، خیابان شهریار، مقابل دانشگاه آزاد

در صورت هر گونه سوال می توانید در ساعات اداری با شماره

تلفنهای زیر تماس بگیرید:

تلفن: ۰۵۸۳۱۵۱۱۶۰۷

جهت دریافت این فایل آموزشی به سایت بیمارستان به آدرس زیر

مراجعه کنید:

WWW.NKUMS.AC.IR



عمل جراحی

در تعداد کمی از بیماران ، عمل جراحی بصورت بستن ورید پرفوراتور و یا عمل باز یا بسته ورید کمک کننده است.

اگر زخم وریدی ایجاد شود با انجام بررسی لازم باید علت ایجاد زخم مشخص گردد. اگر علت آن انسداد یا تنگی ورید باشد با اقدام جراحی و با کمک بالون می توان به بهبودی زخم کمک کرد .

