



UW Medicine

혈액응고 예방

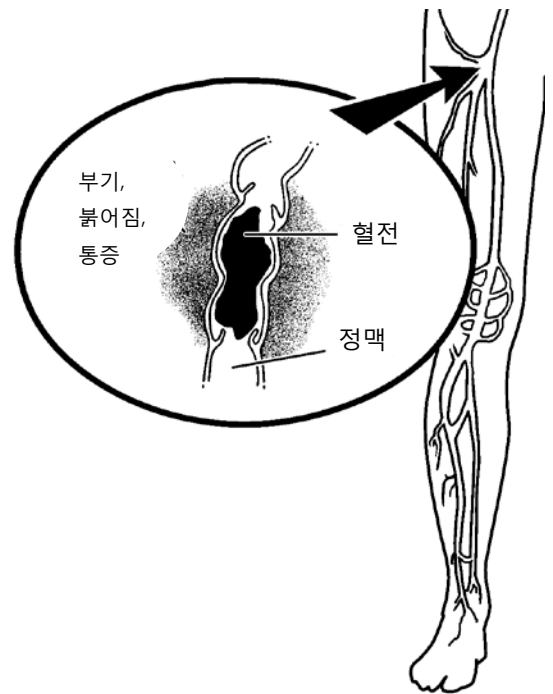
입원 중에

UW Medicine 에서 우리는 혈전이 생기는 것으로부터 환자분을 지키기 위하여 최선을 다합니다. 이 인쇄물은 혈전이 생기는 것으로부터 환자분을 지키기 위하여 환자분의 담당의료원이 할 것들을 설명합니다.

심정맥 혈전증(DVT)이란?

심정맥 혈전증(DVT)은 우리 몸의 정맥 중의 하나에 혈전이 형성되는 것입니다. 대부분의 DVT 는 무릎의 위쪽이나 아래쪽 다리에 형성됩니다.

심정맥혈전증(DVT)과 연결된 건강문제는 폐색전(폐에 혈전)과 정맥 혈전 색전증(혈전의 의학용어)을 포함합니다.



이 그림은 하지정맥의 DVT 를 보여줍니다.

DVT 의 원인은?

DVT 는 다음과 같은 경우 발생할 수 있

- 수술이나 부상 이후
- 입원 중이거나 오랜 기간 동안 침디 일어나지 못해서 오랫동안 활동을 았음으로부터
- 자동차나 비행기로 긴 여행을 한 이후

DVT 가 생길 위험성은 혈액응고의 위험을 증가시키는 어떤 질환이나 약을 복용함에 의해서 증가될 수 있습니다. DVT 는 명확한 원인이 없이 발생할 수도 있습니다.

DVT 의 징후들?

DVT 는 대부분 다리나 팔에 종종 발생합니다. 가장 흔한 징후들:

- 부기
- 통증이나 민감증
- 피부가 붉어지거나 특이한 색깔이 남

혈액응고 예방이 중요한 이유?

우리는 DVT 예방을 매우 심각하게 받아들입니다. 그 이유는:

- DVT 는 수술을 받았거나 입원하고 있고 많이 움직일 수 없는 환자분들에게 흔합니다.
- DVT 는 통증을 유발할 수 있고 장래에 또 다른 혈액응고가 생길 위험이 증가할 수 있습니다.
- DVT 가 발생할 때 환자분이 입원기간이 더 길어지게 할 수 있는 가외의 치료가 필요하게 됩니다.
- DVT 가 즉시 치료되지 않을 경우, 다리의 혈전은 떨어져 나갈 수 있고 몸의 다른 부분으로 이동할 수 있습니다. 폐로 이동한 혈전은 **폐색전(PE)**이라고 불립니다. 이 혈전의 종류는 폐로의 혈액공급을 끊기 때문에 생명을 위협할 수 있습니다.

어떻게 의료제공자가 혈전예방을 도울 수 있습니까?

오랜 시간 동안 입원 중이거나 수술 이후 입원하게 된 경우 환자분의 담당 의료제공자는 혈전을 예방하기 위하여 하나 또는 그 이상의 방법을 사용할 것입니다. 그 방법들은:

피를 묽게 하는 약들

혈전예방약을 투여받을 수도 있습니다. 이 약은 다음과 같을 수도 있습니다:

- 피하주사로 받음 - 보통의 주사약들은 **헤파린**과 **에녹사파린**(상표명은 로브낙스)
- 하루에 한 두번 알약으로 복용 - 흔한 종류는 와파린(쿠마딘)과 어픽사벤(엘리퀴스)과 라이버락사벤(제렐토) 입니다.

순차적 압박장치

순차적 압박장치(SCDs)는 환자분의 다리를 감싸는 싸개 입니다. 때때로 환자분은 SCD 에 공기가 차서 부풀고 그런 다음 공기가 빠지는 것을 느낄 것입니다. 이것은 걷는 동작을 모방하고 혈전예방을 돕습니다.

환자분이 UWMC 에서 수술을 받을 경우 이 싸개들은 환자분의 다리에 둘러질 것이고 수술실로 가기 전에 꺼질 것입니다.



SCD 는 때때로 공기로 부푸는 다리싸개 입니다.

걷기

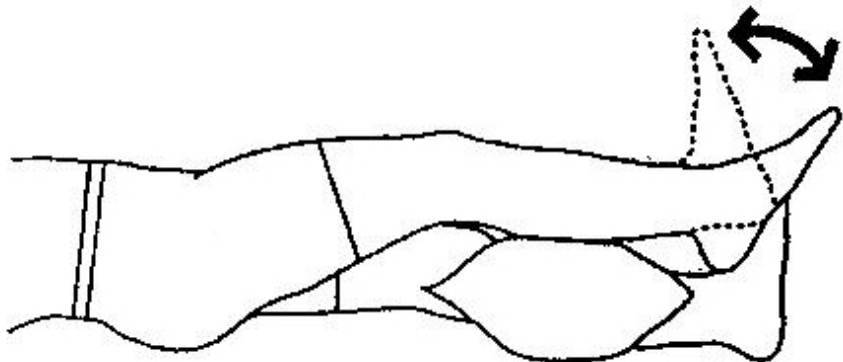
수술 이후 곧바로 걷는 것은 혈전예방을 도울 수 있습니다. 하지만 걷기 그 자체는 입원 중에 혈전을 예방하는데 충분하지 않습니다. SCD 를 착용하거나 피를 묽게 하는 약들을 복용하는 것처럼 혈전예방의 다른 방법들 또한 사용하는 동안 걸을 수 있을 경우가 가장 좋습니다.

환자분에게 사용되고 있는 혈전예방의 방법이 무엇인지를 담당이나 담당 간호사에게 물어보십시오.

스스로 할 수 있는 혈전 예방법?

환자분은 환자분의 치료팀의 중요한 일원 입니다. 혈전예방을 돕기 위하여 환자분이 할 수 있는 것들이 다음에 있습니다:

- **DVT 의 징후(1 페이지를 보십시오)가 있을 경우 담당 간호사나 의사에게 즉시 말하십시오.**
- 환자분을 위하여 처방된 혈액을 묽게하는 약들을 복용하십시오.
- 침대에 누워있거나 의자에 앉아 있거나 언제나 SCD 를 착용하십시오.
- 할 수 있는 한 최대한 빨리 그리고 최대한 많이 침대에서 일어나 복도에서 걸으십시오.
- 침대에서 일어나기 전에 SCD 를 제거하는 것을 도와달라고 요청하십시오.
- *넘어짐 예방조치가* 발동되어 있을 경우, 침대에서 일어나기 전에 도움을 요청하십시오.
- 깨어 있는 동안 매시간 마다 10 번씩 이 간단한 운동을 하십시오 (아래의 그림을 참조하십시오):
 - 발가락을 침대 끝머리로 향하여 가리키십시오.
 - 그런다음 발가락을 머리를 향하여 가리키십시오.



DVT 예방을 돕기 위하여 침대에 누워계시는 동안 이런 간단한 운동을 하십시오..

문의사항?

귀하의 질문은 중요합니다.
질문이나 걱정거리가 있을 경우
담당이나 의료원에게
전화하십시오.

Preventing Blood Clots

While you are in the hospital

At UW Medicine, we do our best to keep patients from getting blood clots. This handout explains what your healthcare providers will do to keep you from getting a blood clot.

What is a DVT?

A deep vein thrombosis (DVT) is a blood clot that forms in one of the veins of the body. Most DVTs form in the legs, either above or below the knee.

Health problems linked with DVTs include *pulmonary embolisms* (blood clots in the lungs) and *venous thromboembolism* (a medical term for blood clots).

What causes a DVT?

DVTs can occur:

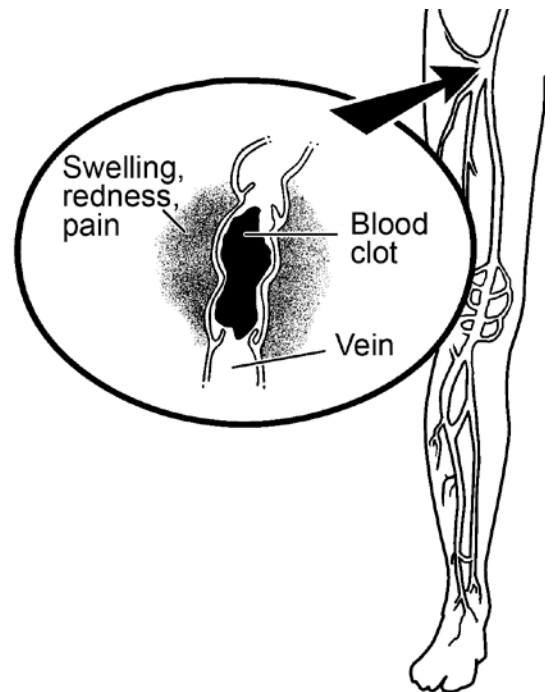
- After surgery or an injury
- From being inactive for a long time when in the hospital or bedridden
- After long trips in a car or plane

The risk of getting a DVT can be increased by some diseases or by taking medicines that increase the risk of blood clotting. DVTs may also occur without a clear cause.

What are the signs of DVT?

DVT most often occurs in a leg or arm. The most common signs include:

- Swelling
- Pain or tenderness
- Redness or odd coloring in your skin



This drawing shows a DVT in a leg vein.

Why is it important to prevent blood clots?

We take preventing DVTs very seriously. This is because:

- DVTs are common in patients who have had surgery or are in the hospital and cannot move very much.
- DVTs can cause pain and can increase the risk of getting another blood clot in the future.
- When DVTs occur, extra treatment is needed, which can make your stay in the hospital longer.
- If a DVT is not treated right away, clots in the legs can break apart and travel to other parts of the body. A blood clot that travels to the lungs is called a *pulmonary embolism* (PE). This type of clot can be life-threatening because it cuts off the blood supply to the lungs.

How do healthcare providers help prevent blood clots?

If you are in the hospital for a long time, or if you are admitted to the hospital after surgery, your healthcare providers will use one or more methods to prevent blood clots. These include:

Blood-thinning Medicines

You may receive medicine to prevent blood clots. This medicine may be:

- Given as an injection under your skin – common injectable medicines are *heparin* and *enoxaparin* (brand name Lovenox)
- Taken as a pill 1 to 2 times a day – common types are warfarin (Coumadin), apixaban (Eliquis), and rivaroxaban (Xarelto)

Sequential Compression Devices

Sequential compression devices (SCDs) are wraps that are put around your legs. From time to time, you will feel the SCDs inflate with air, then deflate. This imitates the action of walking and helps prevent blood clots.

If you are having surgery at UWMC, these wraps will be put on your legs and turned on before you go into the operating room.



SCDs are leg wraps that inflate with air from time to time.

Walking

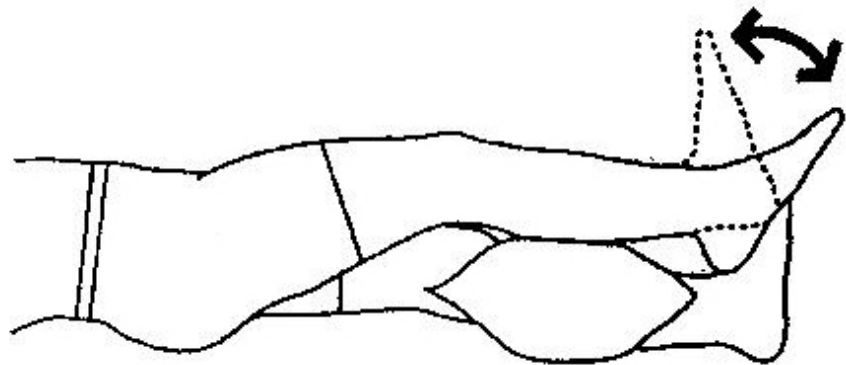
Walking soon after surgery can help prevent blood clots. But, walking by itself is not enough to prevent a blood clot when you are in the hospital. It is best if you can walk while also using other ways of preventing blood clots, such as wearing SCDs or taking blood-thinning medicines.

Ask your doctor or nurse what method to prevent blood clots is being used for you.

What can you do to prevent blood clots?

You are an important member of your care team. Here are things you can do to help prevent blood clots:

- **If you have any signs of DVT (see page 1), tell your nurse or doctor right away.**
- Take any blood-thinning medicine that has been ordered for you.
- Wear your SCDs any time you are in bed or up in a chair.
- Get out of bed and walk in the halls as soon and as much as you can.
- Before you get out of bed, ask for help removing your SCDs.
- If you are on *fall precautions*, ask for help before you get out of bed.
- Do this simple exercises 10 times every hour while you are awake (see drawing below):
 - Point your toes toward the end of the bed
 - Then point your toes up toward your head



Do this simple exercise while you are in bed to help prevent DVTs.

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.