IPASVI Federazione Nazionale Collegi Infermieri

www.ipasvi.it

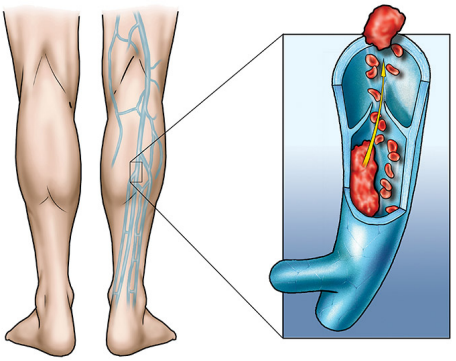
La trombosi venosa profonda

La trombosi venosa profonda è una condizione che ogni anno nella popolazione generale colpisce una persona su mille. Spesso non si manifesta con sintomi evidenti, in alcuni casi è difficile da diagnosticare e può dare luogo a conseguenze gravi come l'embolia polmonare (ostruzione acuta che può essere completa o parziale di uno o più rami dell'arteria che porta sangue ai polmoni) o l'insufficienza venosa cronica. E' noto che alcune condizioni, come l'immobilità o la gravidanza, aumentano il rischio è importante quindi mettere in atto tutti i mezzi di prevenzione disponibili. Con questo *Click salute* si vogliono fornire le indicazioni sulla prevenzione della trombosi venosa profonda. In particolare si cercherà di rispondere a i seguenti quesiti:

1. Che cos'è la trombosi venosa profonda?
2. Quali sono le principali cause di trombosi venosa profonda?
3. In che cosa consiste la profilassi della trombosi venosa profonda?
4. Quali sono i metodi fisici per la prevenzione della trombosi venosa profonda?
5. Quali sono i metodi farmacologici per la prevenzione della trombosi venosa profonda?

Che cos'è la trombosi venosa profonda?

La trombosi venosa profonda (TVP) è dovuta alla formazione di un trombo, cioè di un coagulo di sangue, in una vena del sistema profondo. Il coagulo occlude la vena del tutto o in parte determinando un ostacolo alla normale circolazione venosa, con conseguente aumento della pressione della zona.



Questo provoca dolore e gonfiore. Vi può essere anche un aumento di temperatura (la pelle risulta più calda al tatto) della gamba, la pelle può apparire cianotica (colorazione bluastra), le vene superficiali possono essere più visibili. Se l'ostruzione è totale ed è interessata una vena importante i sintomi possono essere evidenti e l'arto appare edematoso, se invece la trombosi è parziale o sono coinvolte vene secondarie i sintomi possono essere minimi o, addirittura assenti. Quando la trombosi riguarda gli arti inferiori, di solito comincia nelle vene interne del polpaccio o del piede e può estendersi a quelle della coscia fino all'inguine e oltre. La trombosi venosa profonda più raramente colpisce gli arti superiori.

È vero che ?

E' VERO CHE I TROMBI SI POSSONO FORMARE SOLO NELLE VENE?

FALSO. *I trombi si possono formare nelle vene o nelle arterie. La trombosi arteriosa in genere è più grave anche se la gravità della trombosi dipende da quale vaso è stato coinvolto e dalle dimensioni del trombo.*

E' VERO CHE FLEBITE È SINONIMO DI TROMBOSI VENOSA PROFONDA?

FALSO. *La flebite è un processo infiammatorio, di solito acuto, che può provocare trombosi parziale o totale di una vena superficiale. La flebite può essere causata da sostanze irritanti (spesso si manifesta in una vena in cui è stata praticata un'iniezione o un prelievo di sangue), oppure da processi infiammatori sistemici (malattie croniche, malattie autoimmuni).*

A volte è il primo sintomo di un problema più complesso, soprattutto se si ripete. Può verificarsi anche nei giovani, spesso dopo un trauma o dopo un esercizio muscolare violento o che comporta un aumento rapido della massa muscolare (per esempio nei vogatori o in coloro che fanno pesistica).

E' VERO CHE LA TROMBOSI VENOSA PROFONDA PUÒ DETERMINARE CONSEGUENZE GRAVI?

VERO. *La trombosi venosa profonda può causare alcune conseguenze gravi come l'embolia polmonare. L' embolia polmonare è dovuta al distacco di un frammento del coagulo di sangue di cui è costituito il trombo. Questo coagulo viene trasportato verso il cuore e da qui passa nei polmoni. Se è di calibro importante, ostruisce l'arteria che porta*

sangue ai polmoni o uno dei suoi rami creando, appunto, l'embolia polmonare.
Naturalmente non tutte le trombosi venose profonde causano embolia polmonare.

Quali sono le principali cause di trombosi venosa profonda?

Lo sviluppo delle tromboembolie è in genere associato a tre fattori:
- stasi venosa, causata per esempio dalla permanenza a letto, da ingessature o tutori, da pronunciata mancanza di liquidi o da una malattia venosa già presente;
- danni vascolari per esempio durante un intervento chirurgico, oppure da lesioni o infiammazioni, o da alterazioni delle vene delle gambe legate all'età (per esempio vene varicose);
- aumentata tendenza alla coagulazione, per esempio a causa di determinate terapie farmacologiche.

In generale però il rischio di trombosi aumenta con l'età, con il sovrappeso, in gravidanza, nel puerperio e nei fumatori. La maggior parte dei soggetti ricoverati in ospedale ha almeno un fattore di rischio per la trombosi venosa profonda e circa il 40% ne ha tre o più.

È vero che ?

E' VERO CHE ALCUNE CONDIZIONI SONO ASSOCIATE A UN AUMENTO DEL RISCHIO DI TROMBOSI VENOSA PROFONDA?

VERO. *Le condizioni associate a un aumento del rischio di trombosi venosa profonda sono:*
- interventi chirurgici;
- età avanzata;
- vene varicose;
- presenza di neoplasie maligne;
- uso di pillola anticoncezionale;
- gravidanza;
- traumi (soprattutto degli arti inferiori);
- condizioni che determinano una immobilizzazione prolungata;
- infarto cardiaco;
- alcune alterazioni dei componenti del sangue;
- lupus eritematoso sistemico (malattia cronica autoimmune che colpisce diversi organi e tessuti del corpo);
- sindrome nefrosica (insieme di segni e sintomi causati da un'alterazione delle strutture del rene).

In che cosa consiste la prevenzione (profilassi) della trombosi venosa profonda?

La profilassi della trombosi venosa profonda mira a riattivare il normale flusso venoso e a correggere i difetti di coagulazione.

Gli interventi di profilassi si distinguono in metodi fisici e metodi farmacologici. Questi interventi vengono spesso realizzati in combinazione.

Il metodo più semplice di profilassi, tuttavia, è la deambulazione precoce del soggetto dopo l'intervento, perché la contrazione muscolare riduce la stasi venosa.

È vero che ?

E' VERO CHE IN ASSENZA DI PROFILASSI L'INCIDENZA DI TROMBOSI VENOSA PROFONDA PUÒ ARRIVARE AL 60% NEI SOGGETTI SOTTOPOSTI A INTERVENTO CHIRURGICO?

VERO. *In assenza di profilassi, l'incidenza di trombosi documentata nei soggetti ricoverati per patologie mediche o chirurgiche varia dal 10 al 40% e raggiunge il 40-60% nei soggetti sottoposti a interventi di chirurgia ortopedica.*

Quali sono i metodi fisici per la prevenzione della trombosi venosa profonda?

I metodi fisici per la profilassi antitrombotica aumentano la velocità media del flusso sanguigno nelle vene degli arti inferiori riducendo la stasi venosa e sono:
- calze elastiche a compressione graduata;
- compressione pneumatica intermittente.

I metodi fisici vanno preferiti nei soggetti che sono a rischio di emorragia mentre dovrebbero essere usati con cautela nei soggetti a rischio di lesioni cutanee o di ischemia degli arti inferiori. In particolare sono a rischio le persone diabetiche con neuropatia (complicanza del diabete che interessa i nervi periferici).

La compressione pneumatica intermittente consiste nell'applicazione di un manicotto gonfiabile che comprime ritmicamente i muscoli del polpaccio o della coscia. Gli strumenti di compressione sono solitamente applicati prima, durante o dopo l'intervento chirurgico e vanno mantenuti fino alla mobilizzazione del paziente. Gli studi sulla compressione pneumatica intermittente per la prevenzione della trombosi venosa profonda in soggetti sottoposti a interventi ortopedici o chirurgici hanno mostrato una riduzione del rischio, mentre minori prove sono disponibili per i pazienti con patologie di tipo medico.

È vero che ?

E' VERO CHE ESISTONO DIVERSI TIPI DI CALZE ELASTICHE?

VERO. *Le calze elastiche si differenziano in calze preventive, terapeutiche e antitrombo in base alla pressione che sono in grado di esercitare. La compressione esterna riduce la circonferenza dell'arto e aumenta la velocità del flusso sanguigno, sia nelle vene superficiali sia nelle vene profonde. L'aumento di velocità sanguigna riduce la stasi venosa e il rischio di formazione di trombi, diminuendo la distensione della parete venosa, il tempo di contatto locale e la concentrazione dei fattori della coagulazione (elementi che favoriscono la formazione del coagulo). La compressione esterna, riducendo la stasi ematica, migliora anche la funzionalità delle valvole venose.*

E' VERO CHE LE CALZE ELASTICHE LUNGHE (SOPRA IL GINOCCHIO) SONO PIÙ EFFICACI DI QUELLE CORTE?

VERO/FALSO. *Attualmente sono raccomandate in tutti i soggetti, salvo in caso di specifiche controindicazioni, le calze elastiche lunghe ma mancano studi di confronto sull'efficacia delle calze elastiche lunghe rispetto a quelle corte.*

E' VERO CHE CHI UTILIZZA LE CALZE ELASTICHE DEVE AVERE ALCUNI ACCORGIMENTI?

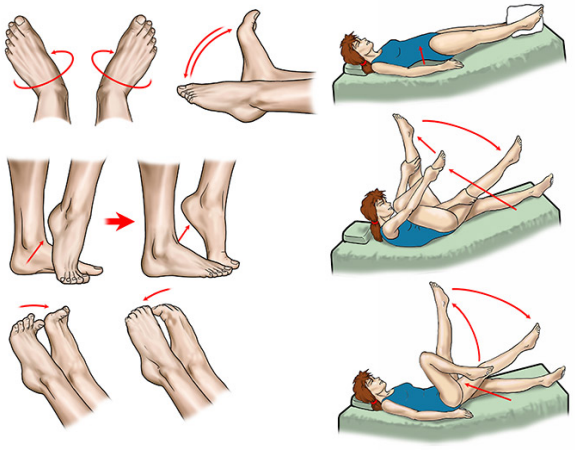
VERO. *Gli accorgimenti da seguire quando si utilizzano le calze elastiche sono:*
- scegliere una taglia appropriata;
- calzare con cura seguendo il giusto verso;
- controllare quotidianamente la circonferenza della gamba;
- non ripiegare la calza sulla gamba.

E' VERO CHE LE CALZE ELASTICHE FAVORISCONO LA COMPARSA DI CELLULITE?

FALSO. *Le calze elastiche svolgono un'azione preventiva sulla cellulite perché tendono a ridurre l'accumulo del liquido nei tessuti sensibili e quindi a frenare lo sviluppo della cellulite.*

E' VERO CHE L'ATTIVITÀ FISICA È IL METODO DI PREVENZIONE PIÙ EFFICACE ED ECONOMICO?

VERO. *Camminare è la forma di attività motoria ideale per la circolazione venosa perché a ogni passo viene spinta dal piede verso l'alto una certa quantità di sangue. Si consiglia quindi di camminare a passo svelto per mezz'ora al giorno. Se non è possibile camminare si possono fare alcuni esercizi di ginnastica in posizione distesa come:*
- muovere le gambe "a bicicletta";
- flettere ed estendere le caviglie;
- ruotare le caviglie;
- muovere le dita dei piedi in prensione-rilasciamento.
Tali esercizi andrebbero eseguiti in successione e ripetuti più volte, due volte al giorno.



Quali sono i metodi farmacologici per la prevenzione della trombosi venosa profonda?

La terapia farmacologica mira a:
- arrestare la crescita del coagulo formatosi in una vena;
- prevenire la rottura del coagulo (dunque il rischio di embolia polmonare);
- ridurre il rischio di ricomparsa della trombosi venosa profonda.

I farmaci più usati sono gli anticoagulanti che agiscono rendendo più fluido il sangue e riducendo così il rischio di formazione di trombi. Nei soggetti che hanno bisogno di una profilassi (prevenzione) farmacologica occorre valutare, oltre al rischio trombotico, anche il rischio emorragico identificando le controindicazioni per il singolo soggetto. Se la profilassi farmacologica è controindicata in modo assoluto occorre utilizzare i metodi fisici. Se la controindicazione alla terapia farmacologica è transitoria occorre somministrare la terapia tenendo sotto controllo il rischio emorragico.

È vero che ?

E' VERO CHE CHI È IN TERAPIA CON ANTICOAGULANTI DOVREBBE EVITARE DI ASSUMERE LA VITAMINA K?

VERO. *Se si è in terapia con gli anticoagulanti è importante cercare di non assumere molta vitamina K perché può interagire con questi farmaci, per esempio con il warfarin. E' importante quindi nella dieta limitare l'assunzione di verdure a foglia verde e l'olio di soia.*

E' VERO CHE ASSUMERE UNA ASPIRINETTA AL GIORNO È IL TRATTAMENTO FARMACOLOGICO DI SCELTA PER LA PREVENZIONE DELLA TROMBOSI VENOSA PROFONDA?

FALSO. *La prevenzione con acido acetilsalicilico non è efficace in caso di trombi venosi e le linee guida dell'American College of Chest Physician raccomandano di non utilizzare l'acido acetilsalicilico come trattamento preventivo.*

Federazione Nazionale Collegi Infermieri professionali, Assistenti sanitari, Vigilatrici d'infanzia
Via Agostino Depretis 70, 00184 Roma - tel 0646200101 - fax 0646200131 - federazione@ipasvi.legalmail.it