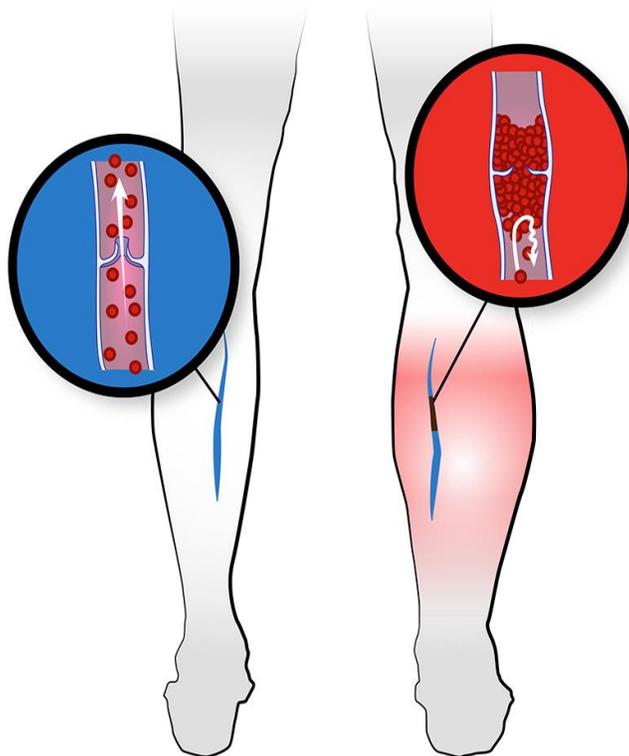


INFORMATIONS SUR LA THROMBOPHLEBITE PROFONDE



Utilisation équitable : https://votresantevasculaire.ca/thrombose_veineuse_profonde/

FEUILLET D'ENSEIGNEMENT À L'USAGER

De quoi s'agit-il?

La thrombophlébite profonde est l'inflammation ou l'infection d'une veine causée par un caillot de sang. Ce caillot peut bloquer la veine. La plupart des thrombophlébites se produisent dans la jambe ou dans le mollet. Cette situation est sérieuse, mais elle se soigne bien si elle est découverte à temps. Si la thrombophlébite n'est pas soignée, les conséquences peuvent être très graves, car le caillot peut se déplacer et aller jusqu'aux poumons. Cette complication s'appelle une embolie pulmonaire. Il faut être prudent et surveiller les signes indiquant que la situation devient grave.

Quels sont les symptômes d'une thrombophlébite profonde?

- Douleur qui augmente en position debout ou à la marche lorsque l'on pèse un peu sur la région enflée
- Enflure importante au niveau du mollet, du « gras de la jambe » et parfois dans toute la jambe
- Peau peut être rouge ou bleue, brillante et chaude

Qui est à risque de faire une thrombophlébite profonde?

Les personnes qui :

- Demeurent immobiles de façon prolongée (ex. : un voyage en avion, une hospitalisation, un repos forcé au lit)
- Ont une blessure à la jambe
- Ont des antécédents familiaux de thrombophlébites
- Ont déjà fait une thrombophlébite par le passé
- Souffrent d'obésité
- Sont âgées

Parfois la thrombophlébite arrive sans raison connue

Comment soigne-t-on une thrombophlébite profonde?

Les médicaments pour éclaircir le sang sont utilisés (anticoagulants) afin de dissoudre le caillot de sang. Des médicaments pour soulager la douleur (analgésiques) ainsi que des antibiotiques peuvent aussi être prescrits.

Les moyens pour diminuer la douleur sont :

- Le repos
- Le maintien de la jambe atteinte au-dessus du niveau du cœur lorsqu'en position assise
- L'application des compresses humides sur la jambe pendant 15 à 20 minutes plusieurs fois par jour
- Le port des bas élastiques pendant quelques semaines (si prescrit par votre médecin)

Il est important de ne pas frotter ou masser la jambe atteinte!

■ Pourquoi ai-je été référé à l'accueil clinique par mon médecin?

Votre état requiert une évaluation approfondie pour préciser le diagnostic et planifier le traitement le plus approprié selon votre condition particulière.

L'évaluation par l'équipe de l'accueil clinique peut comporter une évaluation téléphonique à l'aide d'un questionnaire, la prise des signes vitaux, des analyses sanguines et la planification d'examen diagnostiques qui permettront de visualiser la présence de caillot dans vos veines. Ces examens ne sont pas douloureux.

L'infirmière de l'accueil clinique garde un lien avec votre médecin ou votre infirmière praticienne spécialisée en 1^{re} ligne (IPSPL). Soyez assuré que les résultats de vos analyses de laboratoire et de vos examens diagnostiques lui seront envoyés.

Une consultation avec un médecin spécialiste pourrait être demandée.

■ Que dois-je faire?

- Présentez-vous à vos examens
- Prenez vos médicaments comme prescrits
- Reposez-vous

Pour prévenir les thrombophlébites profondes et avec l'accord de votre médecin :

- En position assise, maintenir la jambe atteinte surélevée
- Éviter la station debout prolongée
- Marchez 30 minutes tous les jours
- Pratiquez des activités physiques régulièrement
- Buvez au moins 2 litres de liquides chaque jour

Lorsque vous faites de longs voyages ou pensez être immobile durant de longues heures, assurez-vous de marcher quelques minutes au moins une fois par heure. Si cela est impossible, assurez-vous de bouger et d'étirer les muscles des mollets le plus souvent possibles.

■ Quand dois-je consulter d'urgence?

Si d'ici votre consultation avec l'infirmière de l'accueil clinique ou votre prochain rendez-vous médical, vous présentez un ou plusieurs des symptômes suivants, vous devez-vous rendre à l'urgence :

- Augmentation de la fréquence de vos battements cardiaques ou palpitations
- Décoloration nouvelle du membre atteint ou douleur intense avec une augmentation de l'œdème ne pouvant pas être soulagée par une analgésie
- Difficulté à respirer ou essoufflement au repos
- Douleur aiguë au thorax
- Incapacité à mobiliser le membre atteint et/ou aucune mise en charge possible
- Saignement actif (qui n'arrête pas)
- Toux et crachat avec sang

■ Qui puis-je contacter?

- L'infirmière de l'accueil clinique est disponible pour répondre à vos questions pendant les heures d'ouvertures selon chaque secteur :

Accueil clinique		
Saint-Eustache	450 473-6811	poste 44104
Saint-Jérôme	450 432-2777	poste 23950
Sainte-Agathe	819 324-4000	poste 34713 ou 34707
Mont-Laurier	819 623-1234	poste 54665 ou 54115

- Info-Santé en composant le 811 (service disponible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7)