



RÉSEAU DE SANTÉ

vitalité

HEALTH NETWORK



**Prévention de la thrombose
veineuse profonde et
de l'embolie pulmonaire
(caillots de sang)**

Les médicaments ne font PAS tous bon ménage



questionnezecoutezparlez-en.ca
[#asklistentalk](https://twitter.com/asklistentalk)

Qui est à risque d'avoir des caillots?



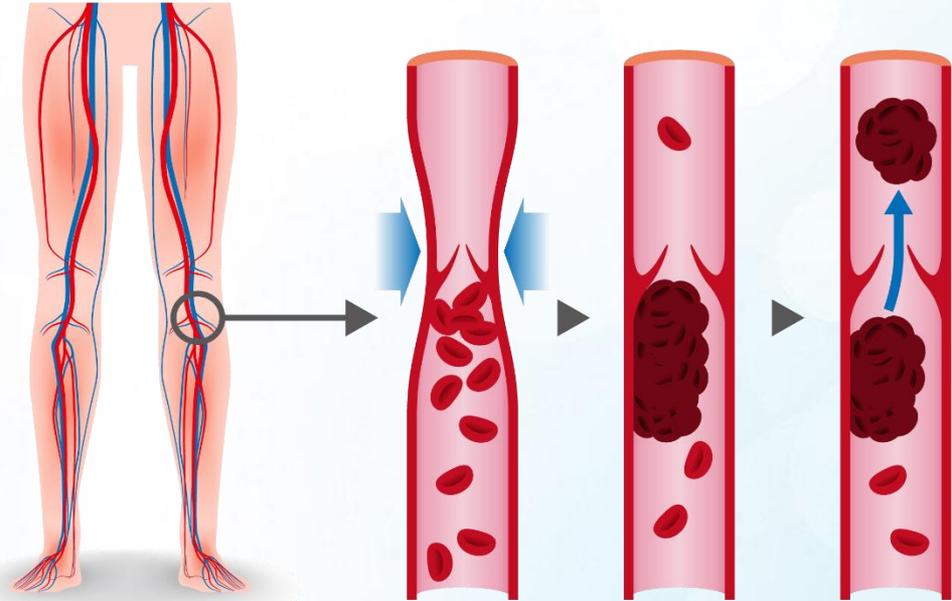
Si vous présentez l'un ou plusieurs des facteurs de risque ci-dessous, parlez-en à votre médecin ou à votre infirmière :

- Trauma ou blessure (surtout aux jambes)
- Position couchée ou assise pendant une grande période de la journée
- Chirurgie récente
- Antécédents personnels ou familiaux de caillots de sang
- Cancer actif ou en rémission
- Âgés de plus de 60 ans avec mobilité réduite
- Troubles sanguins (p. ex. sang épais)
- Maladie chronique (p. ex. diabète)
- Surpoids
- Grossesse ou prise de contraceptifs oraux
- Prise d'hormones (p. ex. œstrogènes)

Thrombose veineuse profonde (TVP) (caillot de sang dans la jambe)

Symptômes de TVP :

- Il y a présence d'une douleur ou d'une enflure (jambe ou mollet).
- La peau de la jambe semble chaude ou a changé de couleur (rouge, violet ou bleu).
- Les veines près de la surface des jambes semblent plus grosses que la normale ou elles sont plus apparentes.

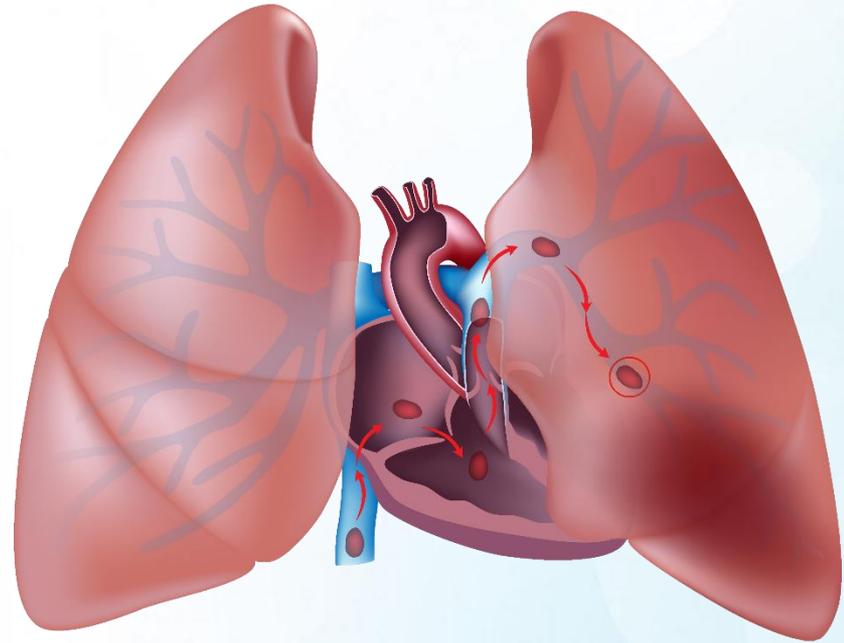


- Lésion à la paroi de la veine
- Cellules sanguines pour réparer
- Une petite partie du caillot peut se détacher et se déplacer vers le poumon.
- Les cellules sanguines s'agglutinent et forment un caillot : elles peuvent bloquer la circulation du sang dans la veine jusqu'au cœur.

Embolie pulmonaire (EP) (caillot de sang dans le poumon)

Symptômes d'EP :

- Essoufflement soudain qui ne peut pas être expliqué
- Douleur vive soudaine à la poitrine ou dans le haut du dos
- Sensation d'étourdissement ou présence de sang dans les expectorations (ne se produit pas toujours)



Caillot bloquant la circulation
du sang dans le poumon

Comment prévenir un caillot?



Avant votre chirurgie ou votre hospitalisation :

- Restez aussi actif que possible.
- Présentez votre liste de médicaments à votre médecin; il est possible que des modifications y soient apportées.

Pendant un séjour à l'hôpital :

- Bougez aussitôt que possible.
- Suivez votre programme d'exercices.

Selon vos risques, on pourrait vous proposer :

- Un médicament pour prévenir la formation de caillots de sang. Certains médicaments sont pris par la bouche, tandis que d'autres se donnent par injection sous la peau.
- Des bas élastiques ou un dispositif de compression qu'on installe sur le bas des jambes pour faciliter la circulation du sang.

Ensemble pour des soins de qualité en toute sécurité!



Vous pouvez prévenir les caillots de sang; connaissez vos risques. Une chirurgie ou une hospitalisation augmente les risques.

Demandez à votre équipe de soins de santé ce que vous pouvez faire pour prévenir la formation de caillots.

#ASKLISTENTALK

www.questionnezecoutezparlez-en.ca