**Pasientinformasjon**

**Tromboseklinikken
Bærum Sykehus**

Telefon: 67 80 92 29 | Sentralbord: 03525

**Til deg som har fått påvist blodpropp i dype vener (dyp venetrombose)**

**Hva er** **dyp venetrombose?**

Vener er blodårer som bringer blodet fra kroppens ulike vev og organer tilbake til hjertet.
Dyp venetrombose (DVT) er blodpropp i de store dyptgående venene. Hvis en vene er blokkert av en blodpropp (trombose), hindres tilbakestrømmingen av blod til hjertet. Området nedenfor blodproppen kan da bli hovent, rødt og smertefullt. Blodproppen kan også løsne og følge blodstrømmen til lungene (lungeemboli). Mange har smerter de første dagene, noen har også smerter i flere uker etter sykdomsdebut.

Det er vanligvis ingen sammenheng mellom DVT og hjerteinfarkt eller hjerneslag. Disse tilstandene oppstår når en blodpropp tilstopper en arterie som fører blod med høyt innhold av oksygen fra hjertet ut til de enkelte organene i kroppen.

**Hva forårsaker dyp venetrombose?**

Ved ca 50 % av tilfellene finner man ingen utløsende årsak.

* **Operasjoner og skader**, særlig lårhalsbrudd, hofte- og kneoperasjoner.
* **Langvarig sengeleie**.
* **Kreftsykdom** og kreftoperasjoner.
* **Annen sykdom** som f.eks diaré eller infeksjoner.
* **Svangerskap**. Gravide er utsatt for å få blodpropp, særlig i første og siste del av svangerskapet og de første 6 ukene etter fødsel. Dette skyldes hormonelle forandringer og trykk fra livmoren mot venesystemet i bekkenet som kan gi proppdannelse.
* **Østrogenbehandling**. Dette gjelder både østrogenholdige P-piller og østrogenerstatning.
* **Flyreiser**. Lange flyreiser (minst 6 timer) er en sjelden årsak til blodpropp.
* **Arvelige faktorer:** I enkelte tilfeller finner man arvelige faktorer eller autoimmun sykdom.

**Hvordan stilles diagnosen dyp venetrombose?**

* **Legeundersøkelse**
* **Blodprøver**
* **Ultralyd**

**Hvordan behandles dyp venetrombose?**

Blodpropp i venesystemet behandles med blodfortynnende medisiner (antikoagulasjon).

Varighet av behandlingen er fra 3 måneder og opp til langvarig behandling, det vurderes i hvert enkelt tilfelle avhengig av årsaken og størrelsen på blodproppen. Det er flere ulike blodfortynnende behandlingsformer tilgjengelig, og legen som starter behandlingen avgjør hvilken behandling du får.

**Det finnes flere blodfortynnende behandlinger i tablettform, bl.a.**

* **Eliquis** (Apixaban)
* **Xarelto**® (Rivaroxaban)
* **Marevan**® (Warfarin)

Det finnes også sprøyter med blodfortynnende middel som settes under huden: **Fragmin eller Klexane.**

**Oppfølging**

I starten av behandlingen er oppfølgingen med sykepleier på Tromboseklinikken ved Medisinsk poliklinikk på Bærum sykehus.
Du kan også bli anbefalt å gjøre videre undersøkelser i regi av fastlegen.

**Mobilisering**Du kan bevege deg fritt så snart du har startet blodfortynnende behandling. Det er en fordel å bruke armen/benet slik at blodsirkulasjonen i området økes. Beveg deg i forhold til den form du føler deg i, og i forhold til eventuelle smerter. Har du dyp venetrombose i benet er det fint om du holder benet høyt når du sitter. Det vil bli vurdert om du har behov for en elastisk strømpe (kompresjonsstrømpe).

**Flyreiser**Avhengig av alvorlighetsgrad kan du bli frarådet å fly de første 1-4 ukene.

**Anbefalinger etter avsluttet behandling:**

* Du bør være oppmerksom på liknende symptomer som du hadde da du fikk DVT. Dette gjelder hvis du skulle få smerter og/eller hevelse i ben eller armer. Kontakt da lege samme dag.
* Ved lengre flyreiser er det viktig å bevege deg og drikke rikelig, vær forsiktig med alkohol. Du bør bruke elastiske strømper på begge ben ved flyreiser eller lengre strekninger i bil. Dette vil lette blodets passasje fra bena og minske belastningen på åresystemet.
* Ved kirurgiske inngrep/skade bør du opplyse på forhånd om at du har hatt blodpropp slik at behovet for blodfortynnende behandling kan vurderes.
* Hvis det er aktuelt må senere svangerskap følges nøye opp, og det er vanligvis aktuelt med blodfortynnende behandling gjennom hele eller deler av svangerskapet. Vi anbefaler å bruke elastiske strømper gjennom hele svangerskapet.
* Røyking gir generelt økt risiko for blodpropp og du anbefales å ikke røyke.
* Kvinner med gjennomgått dyp venetrombose anbefales ikke å bruke østrogenholdige

P-piller eller annen form for østrogenbehandling.