

Til deg som har fått påvist blodpropp i lungene (lungeemboli)

Hva er lungeembolisme?

Lungeembolisme er blodpropp i blodårene som går fra hjertet til lungene.

Symptomer på blodpropp i lungene

Symptomene vil avhenge av størrelsen på proppen og hvor den rammer.

De vanligste er:

- Pustebesvær
- Smerter i brystregionen/ryggen som ofte forverres når man trekker pusten dypt inn
- Hoste, eventuelt med blodig oppspytt
- Hjertebank og rask puls
- Besvimelse
- Iblant hevelse eller smerter i et av bena

Hva kan forårsake blodpropp i lungene?

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

Utløsende årsaker kan være:

Operasjoner og skader, særlig lårhalsbrudd, hofte- og kneoperasjoner

Langvarig sengeleie

Kreftsykdom og kreftoperasjoner

Annen sykdom som f.eks diaré og 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

Blodfortynnende behandling (antikoagulasjonsbehandling)

Blodpropp i lungene behandles med antikoagulasjon/blodfortynnende medisiner. 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:

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

Det kan også være aktuelt å bruke sprøyter med blodfortynnende middel: **Fragmin eller Klexane**.

Oppfølging

Følges opp videre av fastlegen. Pasienten skal utredes for underliggende årsak, blant annet arvelig disposisjon for blodpropp (gjelder unge pasienter) og ultralyd av hjerte etter cirka ½ år.

Muligheten for underliggende kreftsykdom skal vurderes og eventuelt utredes. Dersom plagene tiltar skal du ta kontakt med fastlege/legevakt med en gang.

Mobilisering

Du kan bevege deg fritt så snart du har startet blodfortynnende behandling. Beveg deg ut ifra den form du føler deg i og i forhold til smertene du eventuelt måtte ha.

Flyreiser

Avhengig av alvorlighetsgraden kan du bli frarådet å fly de første 2-4 ukene.

Anbefalinger etter avsluttet behandling:

- Du bør være oppmerksom på liknende symptomer som du hadde da du fikk lungeemboli. Dette gjelder også 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.
- Senere svangerskap må 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 en generelt økt risiko for blodpropp og du anbefales derfor ikke å røyke.
- Kvinner med gjennomgått lungeemboli anbefales ikke å bruke østrogenholdige P-piller eller annen form for østrogenbehandling.