



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلزار

جوراب ضد آمبولی چیست و چه نکاتی را در پوشیدن جوراب باید

رعایت نمایید؟



تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت

تاریخ تدوین: تیر ۱۴۰۲

بازنگری: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰۰

آدرس: رشت - گلزار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T20-AC-11

➤ مدت زمان پوشیدن جوراب را طبق نظر پزشک خود رعایت نمایید.

➤ خارش پوستی از عوارض نسبتاً شایع جوراب است. در صورت بروز و احتمال آسیب به پوست با پزشک خود مشورت نمایید.

➤ در صورت ایجاد تورم یا التهاب در پاها، ممکن است نیاز به اندازه گیری مجدد و تهیه مجدد جوراب داشته باشید. با پزشک خود مشورت نمایید.

چگونه سایز جوراب ضد آمبولی را تعیین می کنند؟

جهت تهیه جوراب واریس، دور مچ پا، دور ساق پا در پهن ترین قسمت و دور قسمت میانی ران اندازه گیری می شود.

اگر سایز دوبا باهم متفاوت باشد هر پا جداگانه اندازه گیری می شود و دو جفت جوراب در دو سایز متفاوت تهیه می گردد.

تهیه جوراب باید با نظر پزشک معالج

انجام گیرد.

➤ در بیمارانی که عدم تحرک یا بی حسی دارند باید روزی دو الی سه مرتبه پوست پایشان را بررسی نمایید.

➤ در صورتی که علائمی مربوط به تاول یا قرمزی یا تغییر رنگ پوست پا وجود دارد، یا بیمار احساس درد داشت جوراب را درآورید و در مورد ادامه استفاده از آن با پزشک خود مشورت نمایید.

➤ از لوله شدن یا جمع شدن قسمت کشبافت انتهای جوراب خودداری نمایید.

➤ قسمت بالایی جوراب که نوار سیلیکونی دارد ممکن است باعث ایجاد حساسیت پوستی به صورت جوش و تاول نماید. در این صورت حتماً با پزشک خود مشورت نمایید.

➤ جهت شستشو، جوراب را با دست و با مواد شوینده ملایم مثل شامپو بچه و آب بشویید و روی یک سطح صاف پهن کنید تا خشک شود. جوراب را آویزان نکنید تا خاصیت کشسانی آن بهتر حفظ شود. همچنین جوراب را در کنار بخاری، رادیاتور و پکیج خشک نکنید.

در پوشیدن جوراب ضد آمبولی به چه نکاتی باید توجه نمایید؟

- در خصوص بیماران بستری و بیمارانی که در دوره نقاهت بعد از جراحی قرار دارند طبق توصیه پزشک، ممکن است نیاز به پوشیدن جوراب ضد آمبولی باشد.
- جورابهای ضد آمبولی را تا زمانی که فعالیت بیمار بسیار کم باشد، حتی در زمان خواب و حالت درازکش هم باید جوراب را بپوشند.
- طبق نظر پزشک جوراب را می توانید شبها در حالت درازکش از پا خارج نمایید و صبح ها قبل از بلند شدن از رختخواب مجدد بپوشید.
- بلندی جوراب ممکن است بنا به نظر پزشک زیر زانو یا تا بالای ران باشد.
- توجه نمایید روزانه وضعیت پوست پا را به ویژه در قسمتهای پاشنه و برجستگیهای استخوانی، روی مچ پا و محل پشت زانو خصوصا در افراد چاق که در این نواحی جوراب جمع می شود را از نظر آسیب پوستی مشاهده نمایید.

لخته شدن خون در پا چه علایمی ایجاد می کند؟

- درد و ورم و حساسیت به لمس در ساق پا
- سنگینی و خستگی پای درگیر
- قرمز و داغ شدن ناحیه وجود لخته، به ویژه در پشت یا زیر زانو در ناحیه ساق پا



خطر واقعی و مهم این است که ممکن است لخته جدا شود و در بدن حرکت کند و وارد ریه ها و قلب یا مغز شود که این حالت بسیار خطرناک است.

جوراب ضد آمبولی (لخته) چیست و چه کاربردی دارد؟

- جوراب ضد آمبولی خطر لخته شدن خون در پاها را پس از جراحی و بستری و بی حرکتی طولانی کاهش می دهد.
- جوراب ضد آمبولی گردش خون را در رگهای پا افزایش می دهد همچنین رگهای پا را تحت فشار قرار می دهد و در نتیجه احتمال لخته شدن خون در پا کاهش می یابد.
- از جوراب ضد آمبولی به منظور درمان فشاری برای زخم واریس هم استفاده می شود. درمان فشاری علاوه بر کاهش ورم با بهبود برگشت خون به سمت قلب، درد را کم می کند و روند بهبودی زخم را سرعت می بخشد.
- جوراب با اعمال فشار به پاها و با بهبود گردش خون احتمال لخته شدن را کاهش می دهد.

