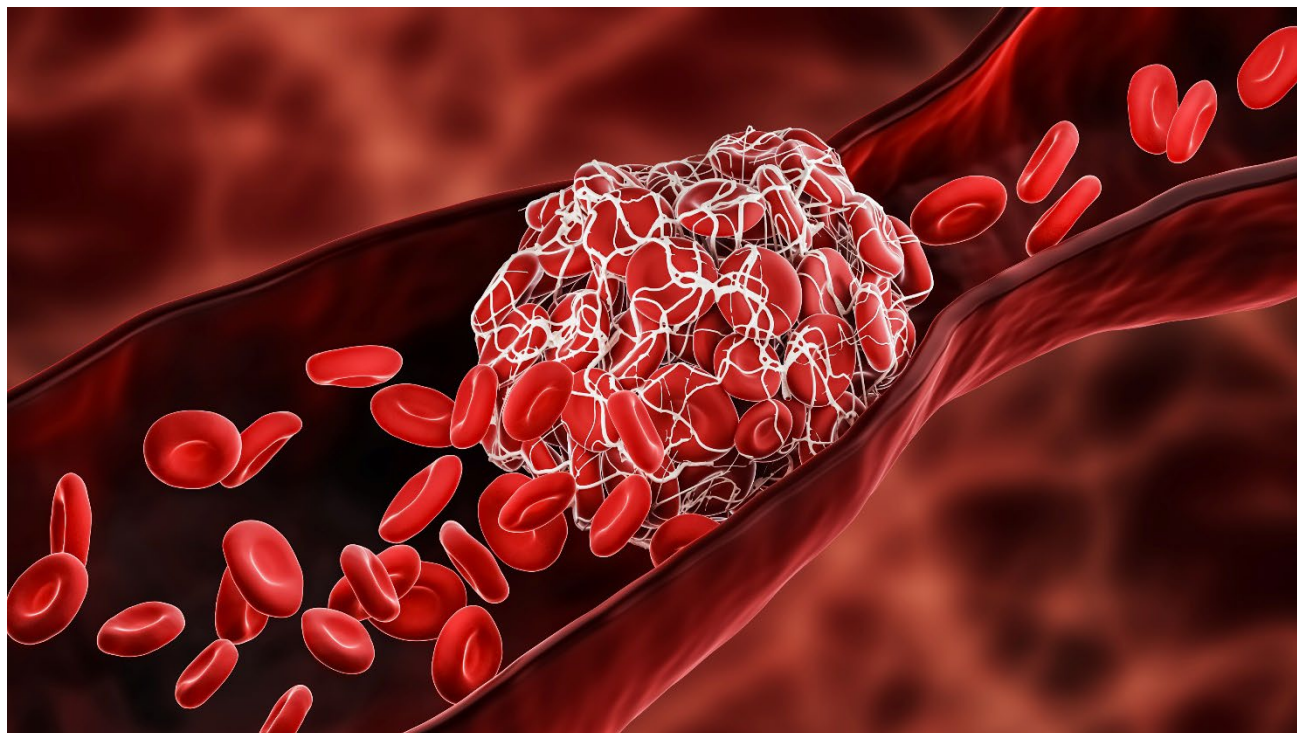


Θρόμβωση: Τύποι, συμπτώματα, αντιμετώπιση και πρόληψη



Γράφει η Βασιλική Κόρδα, δημοσιογράφος Υγείας

Η θρόμβωση μπορεί να προκαλέσει σοβαρές επιπλοκές στον οργανισμό. Ποιοι τύποι υπάρχουν; Πώς αντιμετωπίζεται η θρόμβωση; Μπορούμε μέσω της πρόληψης να αποτρέψουμε την εμφάνισή της;

Οι θρόμβοι αίματος αποτελούν μια φυσιολογική αντίδραση του οργανισμού σε έναν τραυματισμό. Για την ακρίβεια, συμβάλλουν στη επούλωση ενός κατεστραμμένου αιμοφόρου αγγείου, με στόχο την πρόληψη της υπερβολικής αιμορραγίας. Όταν συμβεί αυτό, ο θρόμβος μπορεί να εμποδίσει τη ροή του αίματος στο σημείο που σχηματίστηκε ή να ταξιδέψει αλλού στο σώμα.

Ωστόσο, εάν ένας κινούμενος θρόμβος ακινητοποιηθεί σε μια κρίσιμη περιοχή, όπως οι πνεύμονες ή ο εγκέφαλος, υπάρχει πιθανότητα να διαταράξει τη ροή του αίματος σε αυτό το όργανο και να οδηγήσει σε μια απειλητική για τη ζωή κατάσταση, όπως το εγκεφαλικό επεισόδιο και η καρδιακή προσβολή.

Ποιοι είναι οι τύποι της θρόμβωσης;

Η θρόμβωση κατηγοριοποιείται σε:

- **Αρτηριακή θρόμβωση.** Σχετίζεται με την ανάπτυξη θρόμβου σε μια αρτηρία. Οι αρτηρίες είναι αιμοφόρα αγγεία που μεταφέρουν αίμα πλούσιο σε οξυγόνο από την καρδιά σε άλλες περιοχές του σώματος. Οι περιπτώσεις αρτηριακής θρόμβωσης μπορεί να είναι ήσσονος σημασίας ή σοβαρές, ανάλογα με το μέγεθος του θρόμβου και την αρτηρία στην οποία αναπτύσσεται.
- **Φλεβική θρόμβωση.** Στον τύπο αυτό, ο θρόμβος αναπτύσσεται σε μια φλέβα. Οι φλέβες είναι αιμοφόρα αγγεία που μεταφέρουν το αίμα με λιγότερο οξυγόνο πίσω στην καρδιά.

Διακρίνεται σε δύο υποκατηγορίες:

- Η **εν τω βάθει φλεβική θρόμβωση** εμφανίζεται όταν ένας θρόμβος σχηματίζεται σε μια βαθιά φλέβα, συνήθως μέσα στο χέρι, το πόδι ή τη λεκάνη.
- Η **πνευμονική εμβολή** προκύπτει όταν μέρος ενός θρόμβου αποσπάται και ταξιδεύει μέσω της κυκλοφορίας του αίματος στους πνεύμονες, προκαλώντας απόφραξη σε ένα αιμοφόρο αγγείο των πνευμόνων.

Ποια συμπτώματα εκδηλώνονται στη θρόμβωση;

Τα συμπτώματα της θρόμβωσης εξαρτώνται από το μέγεθος του θρόμβου, τη θέση του και τις επιπλοκές που προκαλεί.

Ενδεικτικά, τα συμπτώματα ανά θέση ενός θρόμβου είναι τα εξής:

- **Θρόμβος στους πνεύμονες.** Οξύς πόνος στο στήθος και στις γύρω περιοχές (σαγόني, αυχένες, ώμος, πλάτη), πόνος και ξαφνική δυσκολία στην αναπνοή.
- **Θρόμβος στον εγκέφαλο ή τον αυχένα.** Αδυναμία ή δυσκολία ελέγχου των μυών στη μία πλευρά του σώματος ή στη μία πλευρά του προσώπου μας, μπερδεμένη ομιλία, σύγχυση, διέγερση ή άλλες ασυνήθιστες αλλαγές συμπεριφοράς.
- **Θρόμβος στην καρδιά.** Πόνος ή δυσφορία στο στήθος, δυσκολία στην αναπνοή, ζάλη ή λιποθυμία.
- **Θρόμβος στην κοιλιά.** Σοβαρός πόνος στο στομάχι ή στην κοιλιά, ειδικά μετά το φαγητό, φούσκωμα, ναυτία και έμετος, διάρροια, η οποία μπορεί να περιέχει αίμα, και πυρετός.
- **Θρόμβος σε αρτηρία στο χέρι ή το πόδι.** Δέρμα που φαίνεται πιο χλωμό από άλλες περιοχές ή δροσερό στην αφή, αδυναμία μετακίνησης του άκρου, μούδιασμα, φουσκάλες, πληγές, ξεφλούδισμα του δέρματος κ.λπ.
- **Θρόμβος σε φλέβα στο χέρι ή το πόδι:** Δέρμα που φαίνεται πιο κόκκινο ή πιο σκούρο από άλλες περιοχές, πόνος, ειδικά γύρω από την πληγείσα περιοχή, πρήξιμο από συσσώρευση υγρού, δέρμα ζεστό στην αφή.

Υπάρχουν παράγοντες κινδύνου για θρόμβωση;

Οτιδήποτε παρεμβαίνει στην ικανότητα του αίματος να ρέει ή να πήζει κανονικά μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο θρόμβωσης, όπως πολλές ιατρικές συνθήκες, φάρμακα και παράγοντες του τρόπου ζωής.

Σε αυτούς, μεταξύ άλλων, περιλαμβάνονται η αθηροσκλήρωση, η κολπική μαρμαρυγή, η ηλικία άνω των 60 ετών, οι διαταραχές πήξης του αίματος, ο καρκίνος, ο διαβήτης, το οικογενειακό ιστορικό θρόμβωσης, ορισμένες χειρουργικές επεμβάσεις, η καρδιακή ανεπάρκεια, η υπέρταση. Επίσης, και η παχυσαρκία, η παράλυση ενός ποδιού, η εγκυμοσύνη, ο καθιστικός τρόπος ζωής και το κάπνισμα αποτελούν παράγοντες κινδύνου εμφάνισης θρόμβωσης.

Πώς αντιμετωπίζεται η θρόμβωση;

Πιθανές θεραπείες της θρόμβωσης είναι:

- **Τα αντιπηκτικά φάρμακα.** Αυτά τα φάρμακα δεν μας απαλλάσσουν από έναν υπάρχοντα θρόμβο, αλλά μπορούν να αποτρέψουν την ανάπτυξή του.
- **Η θρομβολυτική θεραπεία.** Χρησιμοποιείται για τη διάλυση των θρόμβων του αίματος και αξιοποιείται ως θεραπεία έκτακτης ανάγκης σε περιπτώσεις καρδιακής προσβολής, εγκεφαλικών επεισοδίων και άλλων επιπλοκών μιας θρόμβωσης.
- **Η θρομβεκτομή.** Οι χειρουργοί μπορούν να αφαιρέσουν έναν θρόμβο, χρησιμοποιώντας ανοικτές ή ελάχιστα επεμβατικές τεχνικές.

Τι μπορούμε να κάνουμε για την πρόληψη της θρόμβωσης;

Αν γνωρίζουμε ότι κινδυνεύουμε από θρόμβωση, μπορούμε να την αποτρέψουμε:

- Εάν διαχειριζόμαστε το βάρος μας με ισορροπημένη διατροφή και άσκηση. Μια υγιεινή διατροφή για την καρδιά (όπως η μεσογειακή διατροφή) και τακτική άσκηση (150 λεπτά μέτριας έντασης την εβδομάδα) μπορούν να μας βοηθήσουν να διατηρήσουμε ένα υγιές βάρος για τα δεδομένα μας.
- Εάν διακόψουμε το κάπνισμα. Το κάπνισμα και άλλες μορφές χρήσης καπνού (όπως το άτμισμα) αυξάνουν σημαντικά τον κίνδυνο θρόμβωσης.

Πηγές

Medical News Today, Jennifer Huizen

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/thrombosis#prevention> last accessed 3/2025

Cleveland Clinic

<https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/22242-thrombosis> last accessed 3/2025

Αυτές οι πληροφορίες προορίζονται για γενική πληροφόρηση και ενημέρωση του κοινού και σε καμία περίπτωση δεν μπορούν να υποκαταστήσουν τη συμβουλή ιατρού ή άλλου αρμοδίου επαγγελματία υγείας.

GR-NON-2025-00097-MAR25