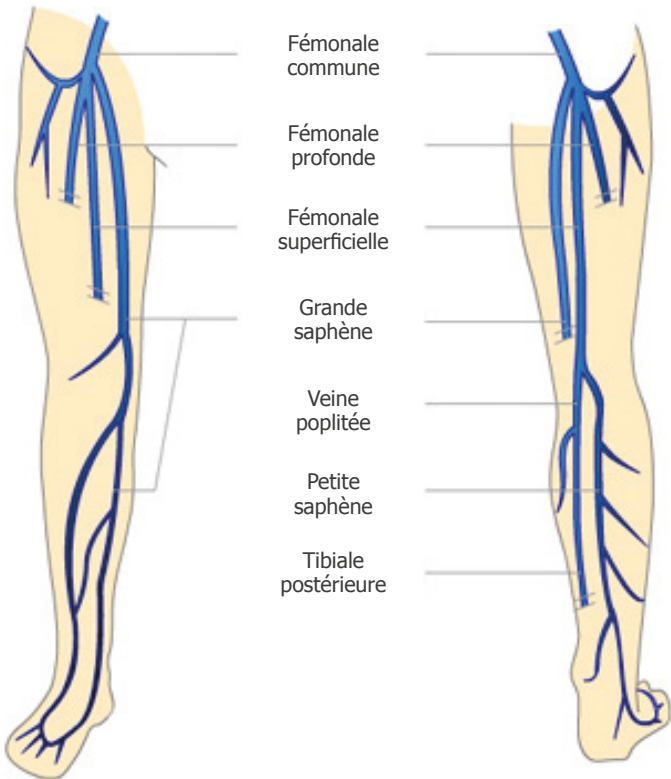

THROMBOSE VEINEUSE PROFONDE (TVP)



Qu'est ce qu'une thrombose veineuse profonde ?

Lorsqu'un caillot de sang se forme dans la circulation veineuse, il peut boucher une veine profonde, c'est ce qu'on appelle « thrombose veineuse profonde » (TVP). Elle peut causer une embolie pulmonaire (EP) si le caillot voyage dans la circulation et va boucher une artère pulmonaire. Le caillot perturbe alors le fonctionnement des poumons, ce qui peut être mortel.

Ci-dessous, le schéma vous présente l'ensemble des veines des membres inférieurs qui peuvent être le siège d'un caillot à la base de la TVP.



Des circonstances particulières favorisent l'apparition de caillots dans les veines :

- l'immobilisation, car la circulation se ralentit dans les veines des membres inférieurs ;
- une période d'alitement prolongée ;
- avoir la jambe plâtrée ;
- un voyage en avion de plus de 6 heures, ...

Une intervention chirurgicale majeure favorise également l'apparition de caillots.

Certains facteurs propres au patient augmentent également le risque de TVP :

- l'âge ;
- un antécédent de thrombose veineuse profonde ou d'embolie pulmonaire ;
- certaines maladies : cancer, décompensation cardiaque, insuffisance veineuse, ... ;
- contraceptifs oestroprogestatifs ;
- substitution hormonale après la ménopause ;
- des varices et une insuffisance veineuse ;
- un traumatisme (accident) et une immobilisation plâtrée d'un membre inférieur ;
- l'hypercoagulabilité qui est la tendance à faire des caillots dans votre sang ;
- des facteurs de risque génétique, un antécédent familial de TVP / EP ;
- l'obésité.

Dans certaines circonstances, le risque de TVP persiste après la sortie de l'hôpital. C'est pourquoi des méthodes préventives prescrites par votre médecin à l'hôpital doivent impérativement être poursuivies à domicile.

Quels sont les signes d'une TVP ?

Certaines TVP sont asymptomatiques. Les signes suivants peuvent révéler la présence d'une TVP :

- une douleur inhabituelle au mollet, à l'intérieur de la cuisse ou à l'aîne augmentée à la marche ;
- un gonflement unilatéral d'une jambe ;
- une rougeur ou une chaleur de la jambe affectée ;
- plus rarement, la jambe peut être froide, avoir une décoloration violette ou bleue avec un gonflement important.

Soyez également conscient des symptômes de l'embolie pulmonaire :

- un essoufflement inhabituel ;
- une douleur thoracique majorée à l'inspiration profonde ;
- des crachats de sang ;
- une toux inexplicable ;
- des palpitations ;
- une syncope.

Si vous constatez la présence d'un ou plusieurs de ces symptômes, avertissez rapidement votre médecin qui jugera de l'opportunité d'examen complémentaires ou d'un traitement éventuel.

Comment prévenir la maladie thromboembolique veineuse ?

Il existe des méthodes physiques de prévention :

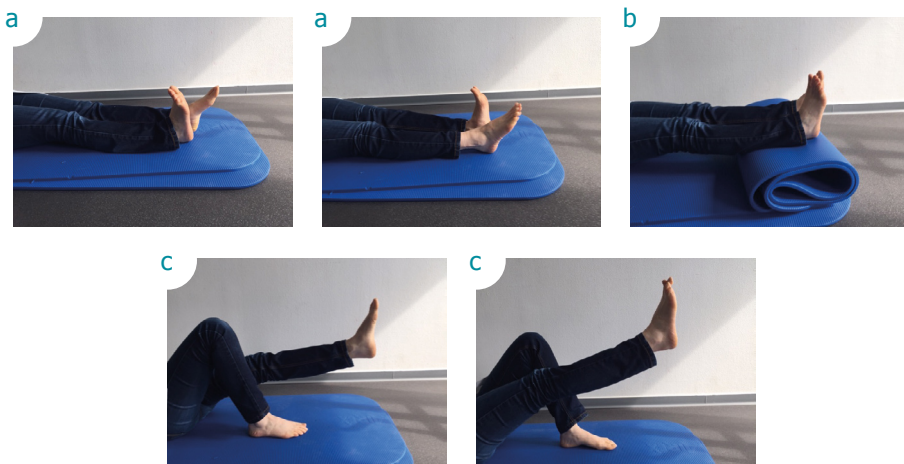
1 | Mobilisation - exercices physiques

L'immobilisation et donc l'alitement est une des causes principales de la formation de caillots sanguins. C'est pourquoi il est très important de bouger le plus possible et de favoriser la marche et les exercices de kinésithérapie.

Toutefois, ceci n'est pas toujours possible. Votre médecin vous informera des consignes de mobilisation qui sont adaptées à votre situation.

Certains mouvements, même effectués au lit, contribuent à réduire le risque thromboembolique :

- a) étirements, le plus souvent possible, des muscles de la jambe par flexion-extension du pied: ceci stimule la circulation veineuse ;
- b) position des jambes: de préférence surélevée ;
- c) exercices de pédalage ou étirements des jambes vers le pied du lit puis retour vers la poitrine.



2 | Port de bas de contention

Les bas de contention exercent une pression plus importante dans le bas de la jambe que dans le haut et favorisent le retour du sang veineux vers le coeur.

À la veille d'une intervention ou lors d'une immobilisation de plusieurs jours, ces bas peuvent être utilisés, soit seuls, soit en complément de médicaments administrés pour la prévention de la thrombose veineuse.

Il est possible que vous n'ayez pas de bas, car des contre-indications existent. Votre médecin vous en informera si c'est le cas.

3 | Compression des muscles du pied et du mollet

Dans certains cas particuliers, il faut recourir à une compression des muscles du pied et du mollet grâce à une manchette de compression placée autour du pied et du mollet qui se gonfle puis se dégonfle de façon intermittente. Ce mouvement de compression imite ce qui se passe lors de la marche, ce qui améliore le retour veineux. C'est une compression pneumatique intermittente.

Il y a aussi des méthodes médicamenteuses de prévention :

Lorsqu'un médicament s'avère nécessaire pour la prévention, il s'agit généralement d'une **héparine de bas poids moléculaire**, comme par exemple la Clexane® qui peut être prescrite. Ces médicaments ralentissent la coagulation sanguine, mais ils peuvent augmenter le risque de saignement notamment au niveau d'une plaie opératoire.

Ce sont des seringues pré-remplies destinées à être injectées dans les tissus sous-cutanés. Il est conseillé de faire une prise de sang de contrôle si vous avez dû prendre ce type d'injection. Votre médecin vous informera des modalités pratiques et du suivi requis lors de ce traitement.

Il existe actuellement des **comprimés** comme par exemple le Xarelto®, qui permettent également de prévenir la TVP en cas de chirurgie. Le comprimé doit être pris tous les jours à la même heure. Il n'y a pas de prise de sang de contrôle à faire si vous prenez ce traitement de prévention.

Comment procéder lors de l'oubli d'un comprimé ?

Si vous prenez un comprimé par jour, la dose oubliée doit être prise dès que vous vous apercevez de votre oubli. Il ne faut surtout pas dépasser la dose d'un comprimé par jour. Le lendemain, vous continuez la prise du médicament à l'heure habituelle.

Les comprimés comme le Xarelto, par exemple, sont également indiqués pour traiter les **TVP aiguës**. Pour le Xarelto la posologie habituelle est de deux comprimés par jour.

En cas d'oubli d'une prise, vous devez prendre immédiatement la dose oubliée et vous assurer de bien prendre les deux comprimés au cours de la journée.

Vous pouvez également prendre deux comprimés en même temps. Le lendemain, vous poursuivrez la prise régulière d'un comprimé deux fois par jour.

La durée de votre traitement dépendra de votre type d'opération ou de votre pathologie.

Il est important de prendre le traitement pendant toute la durée prescrite par votre médecin, et de respecter les heures de prises, sinon vous vous exposez au risque de TVP et de ses complications qui peuvent être graves.

N'arrêtez donc jamais ce traitement avant la fin.

Pendant votre traitement, vous devez être vigilant. L'effet secondaire principal des anticoagulants est le **saignement**.

Si vous remarquez un saignement inhabituel au niveau du nez, des gencives, de vos urines, ou dans les selles, contactez votre médecin.

Votre médecin et votre infirmière sont vos meilleurs interlocuteurs, n'hésitez pas à leur poser toutes les questions que vous jugerez utiles avant votre départ.





Centre Hospitalier de Wallonie picarde - CHwapi
Association Sans But Lucratif

Site IMC

80, chaussée de Saint-Amand - 7500 Tournai

Site NOTRE-DAME

9, avenue Delmée - 7500 Tournai

Site UNION

51, rue des Sports - 7500 Tournai

Centre de Consultations de PÉRUWELZ

11, rue de Sondeville - 7600 Péruwelz



Numéro d'appel général unique
pour tous les sites : 069/333 111

www.chwapi.be |  