

### [Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Powikłania zakrzepowo-zatorowe

To problem często marginalizowany i odsuwany na boczny tor, który potrzebuje nagłośnienia i poświęcenia odpowiedniej uwagi i zaangażowania. O tym, kiedy możemy podejrzewać zakrzepicę, jak ją diagnozować, jak szybko da się to zrobić, oraz czy i jak możemy się chronić, zarówno przed nią, jak i jej powikłaniami, opowiadali w 200. rocznicę urodzin Rudolfa Virchowa profesorowie medycyny zajmujący się problemem zakrzepicy

**każdego dnia.**

Na cześć Virchowa - niemieckiego uczonego (choć nie brakuje tu też polskich akcentów) - w dzień jego urodzin, czyli 13 października, ustanowiono Światowy Dzień Zakrzepicy. To on bowiem ponad 150 lat temu opisał triadę czynników, które prowadzą do powstania skrzeplin w naczyniach krwionośnych. Choć minęło tyle lat, jego odkrycie jest wciąż aktualne, a triada tych czynników niezmiennie nosi jego imię. Przypomniwał o tym podczas konferencji prasowej prof. Zbigniew Krasiński, prezes Polskiego Towarzystwa Flebologicznego z Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu.

**Triada Virchowa** to nic innego, jak splot trzech niekorzystnych sytuacji:

- Uraz ściany naczynia krwionośnego (np. podczas zabiegu operacyjnego albo przez patogen)
- Nadmierna krzepliwość krwi (wpływ na taką sytuację mają zarówno predyspozycje genetyczne, jak i czynniki środowiskowe, np. niedostateczne nawodnienie organizmu)
- Zaburzenia przepływu krwi (np. wskutek małej ilości ruchu lub unieruchomienia).

Z biegiem czasu odkryto, że czynników ryzyka rozwoju zakrzepicy jest znacznie więcej, a ostatnio do tej długiej listy dopisana została nowa choroba - COVID-19.

- Okazało się, że SARS-CoV-2 uszkadza ścianę naczynia - mówił prof. Krasiński na konferencji, która odbyła się w Centrum Prasowym PAP.

Powikłania zakrzepowe są realnym zagrożeniem. Zdaniem prof. Krasińskiego rocznie w Polsce z ich powodu umiera około 30 tysięcy ludzi; wbrew pozorom nie tylko tych w starszym wieku. Znane są przypadki młodych ludzi, którzy zmarli nagle doznawszy zatoru płucnego. Tak przykładowo, Polska straciła znakomitą sportsmenkę Kamilę Skolimowską. Kulomiotka miała niespełna 27 lat. Nie wiedziała, że choruje na zakrzepicę.

- Pacjenci nieleczeni umierają prawie ze stuprocentową pewnością - podkreślił.

To co szczególnie istotne i co w takim dniu powinno wybrzmieć, to fakt, że zakrzepicę można skutecznie leczyć. Trzeba tylko wiedzieć, że ma się ten problem, a nie jest to takie proste, bo - jak podkreślił prof. Tomasz Urbanek ze Śląskiego Uniwersytetu Medycznego, nawet połowa osób, które mają zakrzepicę, nie doświadcza żadnych istotnych dolegliwości, a jej pierwszym objawem jest zator płucny - sytuacja, która jest bezpośrednim zagrożeniem życia.

- Są pacjenci, którzy leczenie zakrzepicy muszą przyjmować przez całe życie, a są i tacy, którzy będą je stosować tylko przez jakiś czas - zaznaczył prof. Krasiński.

Eksperti nie mają wątpliwości, że ponurą statystykę można zmienić, jeśli świadomość czynników ryzyka zakrzepicy, jej objawów i sposobów leczenia, będzie w społeczeństwie powszechna. Niestety, wciąż nam do tego daleko.

## **Objawy zakrzepicy**

Ostrzegawczym objawem zakrzepicy żył głębokich jest opuchlizna jednej kończyny, najczęściej dolnej, lub/i ból w łydce. Te z pozoru niegroźne objawy to sygnał, że trzeba jak najszybciej udać się do lekarza lub nawet do szpitalnego oddziału ratunkowego.

Warto wiedzieć, że miejsce wystąpienia bólu czy obrzęku nie jest tożsame z miejscem, w którym znajduje się skrzeplina.

- Możemy mieć zakrzepicę żyły udowej, a puchnie nam łydka - zaznaczył prof. Krasiński.

## **Objawy zatorowości płucnej**

Objawami zatorowości płucnej są przede wszystkim duszność i ból w klatce piersiowej, ale może być też tak, że pojawi się niespodziewana zadyszka przy wykonywaniu takich czynności, które wcześniej nie sprawiały nam żadnych trudności.

W wypadku wystąpienia powyższych objawów, należy - jak podkreśla prof. Krasiński - jak najszybciej udać się do lekarza.

## **Czynniki ryzyka zakrzepicy**

Jak podkreślają eksperci, czynniki ryzyka zakrzepicy są wielorakie i często nie kojarzą się bezpośrednio z tym zagrożeniem dla zdrowia i życia. Jednak podejmując próbę systematyzacji, należy zwrócić uwagę, że najistotniejszymi czynnikami ryzyka są:

- Choroby nowotworowe
- Ciąża
- Przyjmowanie hormonalnych środków antykoncepcyjnych oraz niektórych leków
- Palenie tytoniu
- Otyłość
- Unieruchomienie (zarówno takie, jak spędzanie długich godzin w pracy lub podróży w jednej pozycji, jak i unieruchomienie wskutek choroby czy zabiegu operacyjnego)
- COVID-19
- Wiek (im człowiek starszy, tym ryzyko rośnie, ale na zakrzepicę mogą chorować nawet niemowlęta!)
- Niewystarczająca ilość ruchu i nieprawidłowa dieta.

## **Zakrzepica: jak dochodzi do groźnych powikłań**

Zaczyna się od uszkodzenia ściany naczynia krwionośnego. Jeśli dojdą kolejne czynniki ryzyka, w przypadku zakrzepicy żył głębokich w pobliżu uszkodzenia zaczyna tworzyć się skrzeplina.

- W obrębie nóg mamy największe żyły: o średnicy kciuka i długości 20, 30, 50 cm. Taki odlew żylny, taki „wąż”, płynąc z prądem krwi, przepływa przez serce, wpływa do tętnic płucnych i je korkuje. Zatyka. To jest patofizjologia zatorowości płucnej. Czyli: powstała skrzeplina, najczęściej w żyłach kończyn dolnych, rzadziej miednicy mniejszej, urywa się i przedostając się do płuc powoduje zator tętnicy płucnej - czasami fatalny, zakończony szybkim i nagłym zgonem, czasem z burzliwymi objawami, a czasami skąpymi - tłumaczył prof. Piotr Pruszczyk z WUM.

Jak długo trwa taki proces? Czasami kilka, czasami kilkanaście dni.

## **Jak można zdiagnozować zakrzepicę**

- Jest szereg chorób, które mogą sugerować zakrzepicę. Dlatego ogólne zbadanie pacjenta, który ma zakrzepicę nie wystarczy, potrzebna jest szersza diagnostyka - zaznaczył prof. Urbanek.

Ta początkowa, która powinna być wdrożona na samym początku podejrzenia zakrzepicy, nie jest zresztą bardzo skomplikowana. Podstawowym badaniem potwierdzającym zakrzepicę jest USG. Jak podkreślili na konferencji lekarze, wbrew pozorom zmierzenie poziomu D-dimerów we krwi, czyli małych cząstek zbudowanych z białek, które są produktami ubocznymi rozpuszczania skrzeplin (nasz

organizm stara się przed powstawaniem skrzeplin bronić), jest badaniem wykluczającym, a nie - potwierdzającym zakrzepicę.

Prof. Urbanek zwrócił uwagę, że obecnie na oddziałach leczących pacjentów z COVID-19 badanie poziomu D-dimerów jest stosowane również w celu podjęcia decyzji, czy należy im podawać leczenie przeciwkrzepliwe.

Co robić, gdy mamy objawy sugerujące zakrzepicę, a nie jest możliwe wykonanie USG? Eksperci są zgodni, że lekarz w takim wypadku, po ocenie ryzyka zakrzepicy oraz ocenie ryzyka jej powikłań, powinien zlecić leczenie przeciwkrzepliwe - czyli przyjmowanie odpowiednich leków do czasu wykonania diagnostyki. Lekarze podkreślili, że choć leki przeciwkrzepliwe mają skutki uboczne, w sytuacji, gdy pacjentowi grozi zatorowość płucna, lepiej jest je przyjąć niż liczyć na to, że nie dojdzie do fatalnego zakończenia.

- Natomiast jak już mamy zakrzepicę, powinniśmy włączyć leczenie antykoagulacyjne - mówi prof. Urbanek.

Chodzi o przyjmowanie leków, które spowodują rozpuszczenie istniejących skrzeplin i będą przeciwdziałać powstawaniu nowych.

- Można czasem doznać zatorowości płucnej pomimo leczenia. Jednak 9 na 10 pacjentów, którzy mają zator płucny, to osoby, które wcześniej nie były leczone - podkreślił prof. Piotr Pruszczyk z Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego.

## **Sposoby na zmniejszenie ryzyka**

Niezależnie od tego, czy mamy zdiagnozowaną zakrzepicę, czy nie, warto stosować się do kilku istotnych z punktu naszego zdrowia i życia zasad. Te podstawowe, które chronią także przed innymi stanami patologicznymi, to odpowiednia dieta, aktywność fizyczna, całkowita abstynencja tytoniowa, wypijanie odpowiednio dużej ilości płynów i utrzymywanie prawidłowej masy ciała. Ale nie tylko.

- Jadąc na tę konferencję pamiętałem o tym, żeby wziąć podkolanówki uciskowe, bo wiedziałem, że dziś większość czasu będę spędzał w pozycji siedzącej, a to jest dobrze znany czynnik ryzyka zakrzepicy, nazywanej zresztą „zakrzepicą podróżnych” - przyznał prof. Krasieński, który przyjechał do Warszawy z Poznania.

Problemem jest to, że w czasie długiej podróży zmuszeni jesteśmy spędzić dużo czasu w pozycji siedzącej. To zaś może doprowadzić do zastoju krwi. Żeby temu przeciwdziałać, warto założyć specjalne podkolanówki lub pończochy uciskowe, a ponadto w trakcie podróży poruszać się, nawet jeśli mogą to być jedynie ćwiczenia unoszenia stopy z pięty na palce.

## **Potrzebna lepsza opieka dla osób po przebyciu zatorowości płucnej**

Eksperci są zgodni, że osoby, które przeszły zator płucny i zmagają się z istotnymi powikłaniami zakrzepowo-zatorowymi, powinny być objęte szczególną, systemową opieką. Zwracają uwagę, że doświadczenie zatoru płucnego jest traumą i wiąże się z dotkliwymi konsekwencjami. Tacy pacjenci często zmagają się z gorszym ogólnym stanem zdrowia oraz zaburzeniami depresyjnymi. Prof. Pruszczyk podał, że co siódma osoba po zatorze tętnicy płucnej nie wraca już do pracy.

- To nie znaczy, że każda osoba, która ma zakrzepicę, powinna być objęta specjalną opieką. To może być 15-30 proc. pacjentów - zaznaczył.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/30905.html>



10-01-2025

## **Jak bakteria robi przemeblowanie w swojej komórce?**

Polski zespół naukowców odkrył istotę maszynerii produkującej białka.



10-01-2025

## **Na dezinformację szczególnie narażeni młodzi ludzie**

Większość młodych ludzi czerpie informacje z Internetu.



23-12-2024

## **Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia**

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

## **Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!**

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

## **Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn**

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

## Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgagę



23-12-2024

## Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

## Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.

**Informacje dnia:** [Jak bakteria robi przemeblowanie w swojej komórce? Na dezinformację szczególnie narażeni młodzi ludzie Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)  
[Świąteczna apteczka](#) [Jak bakteria robi przemeblowanie w swojej komórce? Na dezinformację szczególnie narażeni młodzi ludzie Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)  
[Świąteczna apteczka](#) [Jak bakteria robi przemeblowanie w swojej komórce? Na dezinformację szczególnie narażeni młodzi ludzie Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)  
[Świąteczna apteczka](#)

**Partnerzy**