

# Профилактика тромбозов

Тромбоз-вид сосудистой патологии,при котором происходит местное образование сгустка крови в сосуде.Существует множество факторов ,способных привести к подобному состоянию.Причины тромбоза-замедление тока крови вследствие ее сгущения или повреждения стенок сосудов.

Различают 2 формы развития тромбоза-венозную и артериальную.

Тромбирование артерий чаще всего возникает на фоне закупорки просветов сосудов атеросклеротическими бляшками,что может привести к инфаркту любого органа или инсульту мозга.

Венозный тромбоз-наиболее часто встречаемое заболевание.начинается с инфекционного воспаления стенки вены.При тромбозе вен нижних конечностей уже имеется нарушение свертываемости системы крови и патологии стенок сосудов.

## К профилактике относят:

- обеспечение движения в коленных суставах и голеностопных
- нормализацию пеших прогулок
- рациональное и витаминизированное питание
- частую смену позы.
- ношение компрессионного трикотажа
- бинтование нижних конечностей специальными компрессионными бинтами(проконсультироваться с врачом)

А так же для лечения и профилактики тромбозов используют специальные лекарства-антикоагулянты(имеются противопоказания.консультация врача обязательна!!!

**Антикоагулянты-** это общее название группы лекарственных препаратов.влияющих на процессы свёртывания крови.