

Conseils patients

Une thrombose correspond à un caillot de sang dans les veines. On la qualifie de "profonde" car elle atteint le réseau veineux profond.

- Une thrombose veineuse profonde doit impérativement être traitée par des **anticoagulants** pour éviter que le caillot s'étende ou se déplace vers d'autres organes comme les poumons (ce qui causerait une embolie pulmonaire).
- Le port des bas de contention est nécessaire pour limiter le risque de complications veineuses à long terme.

Scannez les QR codes ci-dessous pour en savoir plus sur la thrombose veineuse profonde et sur les mesures à prendre pour éviter les récurrences.

Vous êtes traité par antivitamine K (AVK).

- N'interrompez **jamais** votre traitement sans l'avis d'un médecin.
- Respectez la dose prescrite et les heures de prise.
- N'oubliez pas de faire les prises de sang de surveillance, à la date indiquée.
- Signalez la prise d'un traitement par AVK à tout professionnel de santé consulté.
- Demandez l'avis de votre médecin avant tout acte médical ou toute prise de nouveau traitement.
- Consultez **immédiatement** votre médecin ou composez le 15 ou le 112 en cas de **saignement anormal**.
- Tenez votre carnet d'INR à jour et apportez-le en consultation (résultat de l'INR, dose journalière prise, incidents).
- Adoptez une alimentation équilibrée et limitez votre consommation d'alcool.
- Évitez de consommer les aliments suivants avec excès :
 - brocolis,
 - laitue,
 - épinards,
 - choux,
 - choux-fleurs,
 - choux de Bruxelles.
- Ne pratiquez pas de sport violent ou d'activités pouvant entraîner des coupures ou des chutes.

Pour en savoir plus sur le traitement anticoagulant, **scannez les QR codes**.

Vous et votre traitement anticoagulant [https://cdn.prod.website-files.com/6720b24a8db1eb973b743a44/68d54fbb2071a3d622174a5d_6720b24a8db1eb973b745eca.png] Vous et votre traitement anticoagulant [https://www.omedit-centre.fr/AOD/res/carnet_GITA_AODpdf.pdf] Traitement anticoagulant et vie quotidienne [https://cdn.prod.website-files.com/6720b24a8db1eb973b743a44/68d54fbcc7bc324fbd2f0b01_6720b24a8db1eb973b745e9a.png] Traitement anticoagulant et vie quotidienne [<https://www.fedecardio.org/wp-content/uploads/2021/03/2020-Anticoagulants-Web.pdf>]

En cas de difficulté à enfiler vos bas de contention, **scannez le QR code** pour accéder à une vidéo explicative. En cas de difficultés persistantes, demandez conseil à votre pharmacien.



Information sur la thrombose



Traitement anticoagulant et
vie quotidienne



Vous et votre traitement
anticoagulant