

## **Thromboembolie veineuse – Renseignements à l'intention des patients**

Thrombose veineuse profonde (TVP) et embolie pulmonaire (EP)

### **Qu'est-ce qu'une thrombose veineuse profonde?**

- Notre corps compte beaucoup de veines. Certaines se trouvent juste sous la surface de la peau tandis que d'autres sont plus profondes. Ces veines profondes passent par le centre du corps, des bras et des jambes. Le sang circule par ces veines pour retourner au cœur. Une thrombose veineuse profonde (aussi appelée TVP), c'est un caillot de sang qui se forme dans une veine profonde.

### **Pourquoi les TVP sont-elles dangereuses?**

- Les TVP peuvent être très graves. Le corps humain est capable de décomposer les petits caillots. Toutefois, une TVP peut entraîner la présence de caillots de sang dans les poumons, ce qu'on appelle une embolie pulmonaire (EP). Celle-ci survient quand les caillots se déplacent le long des veines profondes en direction du cœur et qu'ils restent pris dans les poumons. Il est donc essentiel de traiter les TVP afin d'éviter la migration des caillots jusqu'aux poumons.

### **Comment une TVP se produit-elle?**

- Une TVP se produit quand un caillot se forme à l'intérieur d'une veine. Habituellement, le sang circule aisément dans les veines alors que les muscles propulsent le sang vers le cœur. Or, si un caillot se forme dans une veine, celui-ci pourrait partiellement ou complètement bloquer la circulation sanguine. La coagulation du sang nous protège contre les saignements. Par exemple, si on se coupe, un caillot se formera pour arrêter le saignement.

### **Qui est à risque?**

La TVP peut survenir sans raison apparente. Cependant, le risque de TVP pourrait augmenter dans certaines circonstances.

Vous courez un risque accru de TVP si :

- vous restez immobile pendant un certain temps, que vous soyez debout, assis ou au lit. Dans un tel cas, la circulation du sang vers le cœur ralentit et le sang dans la veine peut devenir visqueux et ainsi entraîner la formation d'un caillot.

- vous avez hérité d'un trouble qui pourrait rendre votre sang trop épais ou « visqueux », ou faire que celui-ci se coagule plus rapidement que la normale.
- vous prenez des pilules anticonceptionnelles ou vous suivez une hormonothérapie.
- vous avez un surplus de poids.
- vous présentez plus d'un facteur de risque.

Il y a également d'autres facteurs dont votre médecin tiendra compte au moment de déterminer le traitement qui vous conviendra le mieux.

### **Peut-on éviter une TVP?**

Même s'il n'existe aucune garantie, il y a des mesures que vous pouvez prendre pour réduire votre risque de TVP.

Ce que votre médecin devrait vous prescrire :

- un médicament (parfois appelé « anticoagulant ») pour ralentir la coagulation (il peut s'agir d'un comprimé, d'une injection ou des deux)
- des bas élastiques spéciaux si vous ne pouvez pas prendre les médicaments mentionnés plus haut.

Ce que vous pouvez faire :

- boire beaucoup de liquide pour rester bien hydraté;
- exercer les muscles des jambes en « pompant les chevilles » au moins dix fois toutes les heures;
- bouger dès que vous le pouvez, y compris changer de position si vous devez rester au lit;
- quand vous commencez à pouvoir sortir du lit, vous assurez de le faire aussi souvent qu'il vous est permis de le faire;
- porter des vêtements amples.

### **Quels sont les signes d'une TVP?**

Si vous avez une TVP, celle-ci surviendra probablement dans une de vos jambes. Si cela se produit, il pourrait y avoir une enflure, une rougeur, de la douleur ou une sensibilité au toucher. La douleur pourrait se faire sentir ou s'aggraver seulement quand vous marchez ou que vous êtes debout.

Si vous ressentez n'importe lequel de ces symptômes pendant que vous êtes à l'hôpital, dites-le immédiatement à votre infirmière. Si vous êtes chez vous, informez-en votre médecin immédiatement ou rendez-vous au Service des urgences.

## Comment vais-je me sentir si j'ai une EP?

- Rappelez-vous que l'EP est dans les poumons. Vous pourriez ressentir une douleur soudaine à la poitrine. Vous pourriez avoir l'impression que vous allez vous évanouir. Vous pourriez vous sentir à bout de souffle. Dans certains cas, quand les personnes touchées ne parviennent pas à reprendre leur souffle, elles deviennent très anxieuses et ont peur. Vous pourriez aussi cracher du sang en toussant.
- De même, si vous manifestez ces symptômes pendant que vous êtes à l'hôpital, dites-le immédiatement à votre infirmière. Si vous êtes chez vous et que ces symptômes se présentent, rendez-vous au Service des urgences ou appelez une ambulance.

## Quel traitement vais-je recevoir si j'ai une TVP ou une EP?

- Le médecin effectuera des tests pour s'assurer qu'il s'agit bien d'une TVP ou d'une EP. Les tests pourraient comprendre des analyses de sang, des radiographies ou un tomodensitogramme.
- Si vous avez une TVP ou une EP, le médecin vous prescrira un médicament appelé « anticoagulant ». Les anticoagulants peuvent être administrés par voie intraveineuse, par injection, sous forme de comprimé ou selon une combinaison des modes précédents (p. ex. injection et comprimé). Si on commence à vous administrer des anticoagulants sous forme de comprimé ou par voie intraveineuse, on effectuera une autre analyse sanguine. Cette analyse indiquera à votre médecin la mesure dans laquelle votre sang est clair et la quantité de médicament qu'il vous faudra. L'analyse sera effectuée souvent pendant le traitement.
- Normalement, vous devriez pouvoir rentrer chez vous. Toutefois, il pourrait arriver qu'on vous admette à l'hôpital pour commencer l'administration des anticoagulants. Votre médecin prendra une décision à cet égard après vous avoir examiné et avoir passé en revue les résultats de vos analyses. Il vous dira pendant combien de temps vous devriez prendre les anticoagulants.

## Questions?

Posez-les à votre médecin ou à votre infirmière.

Visitez notre site Web au [www.nbrhc.on.ca/default-f.aspx](http://www.nbrhc.on.ca/default-f.aspx).

*La présente fiche contient des renseignements généraux, lesquels ne doivent pas être considérés comme étant des conseils destinés à un patient en particulier. Tous les énoncés qui s'y trouvent doivent être interprétés par votre médecin ou thérapeute, qui est au courant du stade et de la gravité de votre trouble médical. De plus, toute mention de produits pharmaceutiques particuliers ne constitue pas un appui de ces produits.*

On recommande aux patients de consulter leur médecin s'ils ont d'autres symptômes ou préoccupations propres à leur situation.