



Informations destinées aux patients de  
The Johns Hopkins Hospital

Original: Date  
14/09/2017  
Service: VTE  
Collaborative/Surgery

**Comment éviter les caillots de sang?**  
**Thrombose veineuse (TEV)**  
**Thrombose veineuse profonde (TVP)**  
**Embolie pulmonaire (EP)**

<p><b>Qu'est-ce qu'un caillot de sang ou une thrombose veineuse (TEV)?</b></p>	<p>Les caillots de sang, appelés également thrombose veineuse (TEV) sont de deux sortes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Thrombose veineuse profonde (TVP), un caillot dans une veine profonde, généralement dans un bras ou une jambe</li> <li>• Embolie pulmonaire (EP), un caillot qui s'est détaché et a voyagé jusqu'aux poumons, pouvant causer la mort.</li> </ul>
<p><b>Les caillots de sang peuvent-ils être dangereux?</b></p>	<p>La TEV tue plus de 100 000 personnes par an, un chiffre supérieur au nombre de décès causés par le SIDA, les accidents de voiture et le cancer du sein combinés. La TEV peut causer des problèmes affectant votre santé pour le restant de vos jours. Vous risquez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• d'avoir des problèmes de respiration à long terme</li> <li>• d'avoir plus de risques de nouveaux caillots</li> <li>• d'enfler sans jamais pouvoir dégonfler</li> <li>• d'avoir des plaies ou des blessures que ne guérissent jamais</li> </ul>
<p><b>Comment savoir que j'ai un caillot de sang?</b></p>	<p>Certaines personnes peuvent avoir une TEV sans qu'il n'y ait aucun symptôme. Les personnes souffrant d'une TPV peuvent constater, dans le bras ou la jambe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Enflure</li> <li>• Douleur ou crampe</li> <li>• Rougeur, sensibilité ou chaleur</li> </ul> <p>Les personnes souffrant d'EP peuvent constater:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Essoufflements ou difficultés à reprendre son souffle</li> <li>• Douleur dans la cage thoracique</li> <li>• Toux avec crachats de sang</li> </ul>
<p><b>Quelles peuvent être les causes de caillots de sang?</b></p>	<p>Les personnes hospitalisées ont plus de risques d'avoir une TEV. D'autres facteurs peuvent augmenter vos risques d'avoir un caillot:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-TPV/EP préalable</li> <li>-Chirurgie majeure</li> <li>-Traumatisme</li> <li>-Obésité</li> <li>-AVC récent</li> <li>-Cancer et/ou chimiothérapie</li> <li>-Pilule contraceptive et/ou thérapie de substitution hormonale</li> <li>-Antécédants familiaux de TEV</li> <li>-Alitement prolongé</li> <li>-Varices</li> <li>-Maladies du sang</li> <li>-Grossesse</li> </ul>
<p><b>Les tests les plus courants que l'équipe soignante peut prescrire pour vérifier que je n'ai pas de caillot de sang</b></p>	<p>Selon le cas, vous pouvez bénéficier:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• d'une analyse de sang appelée D-Dimère</li> <li>• d'une échographie du bras ou de la jambe pour vérifier l'absence de caillot (TPV)</li> <li>• d'une tomodensitométrie (TDM) des poumons avec coloration intraveineuse pour rechercher une éventuelle EP</li> </ul>



Informations destinées aux patients de  
The Johns Hopkins Hospital

Original: Date  
14/09/2017  
Service: VTE  
Collaborative/Surgery

**Comment éviter les caillots de sang?  
Thrombose veineuse (TEV)  
Thrombose veineuse profonde (TVP)  
Embolie pulmonaire (EP)**

**Comment éviter les caillots de sang?**

A votre arrivée à l'hôpital, l'équipe soignante étudie tous les risques que vous pouvez avoir qu'un caillot sanguin se forme. Elle prescrit ensuite ce qui est le mieux pour vous afin d'éviter tout risque de caillot.

- Les médicaments sont la meilleure solution pour éviter un caillot.
- Les deux principaux médicaments utilisés pour éviter les caillots sont l'héparine et l'énoxaparine (Lovenox). Ce sont des anticoagulants. Ils sont administrés par piqûre, généralement dans le ventre.
- Des chaussettes de contention peuvent également permettre d'éviter les caillots.
  - Des dispositifs compresseurs séquentiels (SCD) utilisent une machine et compressent légèrement les jambes ou les pieds. Ils permettent également la circulation du sang. Ils doivent être mis en marche autant que possible afin d'éviter les caillots.
  - Il peut également vous être prescrit de porter des chaussettes ou des bas de contention afin de faciliter la circulation du sang.

Nombreux sont ceux qui pensent que marcher, se promener, permet d'éviter les caillots de sang. Ce n'est pas vrai. Il est important de bouger et de marcher pour rester en forme et éviter des complications telles que la pneumonie ou les plaies de lit, mais marcher ne permet pas d'éviter les caillots. C'est pourquoi votre équipe de soins peut également prescrire des médicaments et/ou des SCD et/ou des chaussettes de contention.

**Que se passe-t-il en cas de caillot de sang?**

Selon votre cas, il vous faudra peut-être:

- Un médicament en intraveineuse, tel que l'héparine
- Des piqûres, telles que de l'énoxaparine (lovenox)
- Prendre des pilules telles que warfarine (Coumadin), rivaroxaban (Xarelto), ou dabigatran (Pradaxa)
- Prendre ces médicaments pendant plusieurs mois ou même à vie
- Vous devrez peut-être porter des chaussettes de contention pour éviter le risque de problèmes à long terme pouvant être causés par des caillots
- Certaines personnes peuvent avoir besoin qu'un filtre spécial soit placé dans une veine, pour « attraper » le caillot de sang s'il se détache. Celui-ci peut être ôté lorsque le danger de caillot est passé.

**Pour plus d'informations?**

Vous pouvez demander à votre infirmier(e) d'autres documentations sur Warfarin et sur les précautions à prendre pour éviter les saignements pour les patients sous anticoagulants.

Autres sites Internet que vous pouvez consulter:

- National Blood Clot Alliance: <http://www.stoptheclot.org/>
- North American Thrombosis Forum: <http://www.natfonline.org/>
- Clot Care: <http://www.clotcare.com/>
- CDC: <http://www.cdc.gov/ncbddd/dvt/facts.html>
- Armstrong Institute for Patient Safety:  
<http://www.Hopkinsmedicine.org/Armstrong/bloodclots>