



PRÉVENTION DE LA THROMBO-EMBOLIE VEINEUSE

# Comment prévenir la formation d'un caillot sanguin pendant votre séjour à l'hôpital

## Abréviations

- TEV Thrombo-embolie veineuse
- TVP Thrombose veineuse profonde
- EP Embolie pulmonaire
- CPI Compression pneumatique intermittente

### En quelques mots :

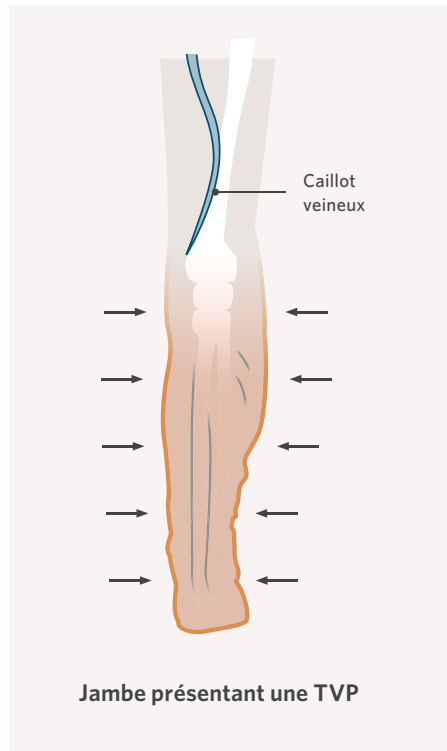
- Si un caillot de sang (thrombose) se forme dans les veines profondes de la jambe, il s'agit alors d'une « thrombose veineuse profonde » ou TVP.
- Si une partie du caillot sanguin se délorge (se rompt), on parle d'embolie. Celui-ci peut traverser la circulation sanguine jusqu'à atteindre les poumons. C'est ce qu'on appelle une embolie pulmonaire ou EP.
- Le terme « thrombo-embolie veineuse » ou TEV désigne à la fois la TVP et l'EP.
- Avec 10 millions de cas par an dans le monde, la TEV est une affection grave qui cause la mort et l'invalidité.<sup>1</sup>
- L'hospitalisation est considérée comme le facteur de risque le plus important de développement d'une TVP.<sup>2</sup>
- Les patients sont 100 fois plus susceptibles de développer une TEV à l'hôpital que dans la vie quotidienne.<sup>3</sup>

### Pourquoi le fait d'être un patient augmente-t-il mon risque de formation d'un caillot sanguin ?

De nombreuses personnes hospitalisées présentent une diminution du débit sanguin normal dans les vaisseaux sanguins (veines).

Le sang peut ralentir et s'épaissir ou « coller » et former un caillot sanguin dans les jambes, appelé thrombose veineuse profonde (TVP).

Les caillots sanguins dans les jambes peuvent endommager de manière permanente les valvules veineuses et entraîner des complications à long terme, par exemple syndrome post-thrombotique.



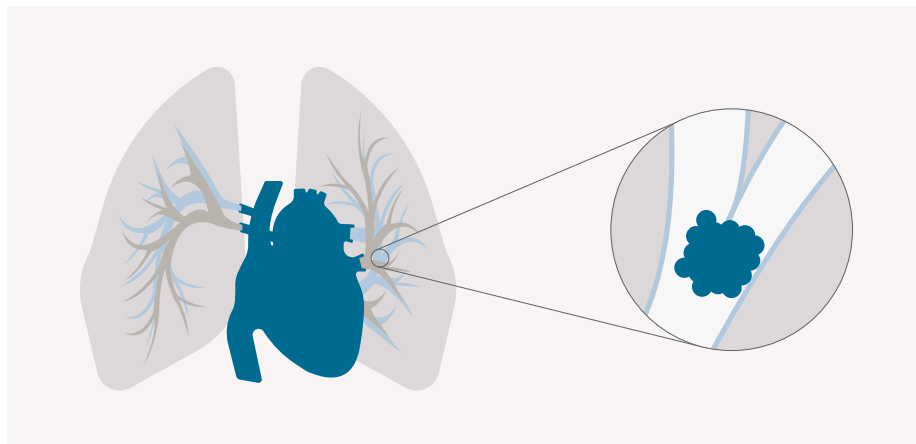
Gonflement et inflammation sous le site d'obstruction. La jambe peut être chaude au toucher.

Les patients subissant une intervention chirurgicale pendant plus de 30 minutes et/ou ceux qui sont incapables de marcher pendant de longues périodes présentent le plus de risques.

### Signes et symptômes :

Bien que les symptômes d'un événement de TEV puissent varier, les signes courants d'une TVP incluent :

- un gonflement et/ou une douleur dans la jambe
- une décoloration et/ou une sensation de chaleur



Caillot veineux de la jambe provoquant une embolie pulmonaire

### **La TEV est le terme générique désignant la TVP et l'EP**

Un caillot sanguin dans la jambe (TVP) peut se déplacer vers les poumons, c'est ce que l'on appelle une embolie pulmonaire (EP). Cela peut se produire soudainement et vous pouvez présenter des symptômes tels que :

- un essoufflement
- un rythme cardiaque rapide
- des lèvres ou doigts bleus
- des douleurs thoraciques
- une toux accompagnée de sang

Si vous ressentez l'un de ces symptômes ou si vous craignez qu'un caillot se soit formé, veuillez en informer immédiatement votre médecin ou le personnel infirmier.

### **Quelles sont les personnes les plus à risque ?**

Tous les patients sont exposés à un risque de TVP, mais ceux les plus à risques sont les patients :

- immobiles
- ayant subi une intervention chirurgicale majeure récente de plus de 30 minutes ou ayant subi une blessure importante
- en surpoids

- de plus de 60 ans
- ayant déjà eu une TVP ou présentant des antécédents familiaux de TVP ou d'EP
- sous pilule contraceptive ou traitement hormonal substitutif
- enceintes ou ayant récemment accouché

### **Mesures préventives**

Bien que tous les patients ne développent pas de TVP, tous peuvent prendre des mesures simples pour réduire le risque.

Le risque de développer une TVP est considérablement réduit par les mesures préventives décrites dans cette brochure d'information.

Votre médecin et votre équipe soignante connaissent les risques qui peuvent contribuer à la formation de caillots et ils évalueront votre risque en conséquence.

Si nécessaire, ils peuvent prescrire des traitements médicamenteux ou des méthodes mécaniques qui contribuent à réduire le risque de TVP. Nous allons maintenant les expliquer plus en détail.



Kinésithérapeute mobilisant un patient au lit

## Comment puis-je empêcher la formation de caillots sanguins ?

### **Veillez à maintenir une hydratation élevée**

Une déshydratation sévère « épaissit » le sang et favorise la formation de caillots. En buvant de l'eau et en maintenant un bon niveau d'hydratation, vous contribuez à réduire le risque de développer une TEV.

Consultez votre médecin ou le personnel infirmier pour savoir quelle quantité d'eau il est recommandé de boire chaque jour. Si vous n'êtes pas en mesure de boire, votre médecin ou le personnel infirmier peut vous administrer des liquides par le biais d'une perfusion pour maintenir un bon niveau d'hydratation.

### **Restez actif**

Le moyen le plus efficace de prévenir la formation d'un caillot sanguin est de rester actif. Après votre intervention, si vous en êtes capable, il vous sera conseillé de vous lever et de vous mobiliser. Si vous ne pouvez pas marcher, vous pouvez toujours effectuer d'autres mouvements.

Il est possible de faire des exercices au lit ou en position assise dans une chaise, cela vous aidera à garder le sang en mouvement dans vos jambes. Le personnel infirmier ou votre kinésithérapeute vous conseillera des exercices en fonction de l'intervention que vous avez subie et de ce que vous êtes en mesure de faire.



Système de compression active Flowtron® utilisé sur un patient pour réduire le risque de TEV

## Que peut faire votre équipe soignante ?

### Médicaments

Des médicaments peuvent vous être administrés pour diluer votre sang et éviter qu'il ne devienne trop épais pour former un caillot. Ces médicaments sont appelés anticoagulants.

La thérapie d'anticoagulation commence à l'hôpital ou juste après l'intervention chirurgicale en fonction de vos risques, et peut se poursuivre après votre séjour à l'hôpital.

Les médicaments anticoagulants peuvent être administrés sous forme d'injection avec une petite aiguille sous la peau

ou sous forme de comprimé. Le type de médicament administré dépendra de vos facteurs de risque et de vos antécédents médicaux.

Si vous avez des doutes concernant vos médicaments, consultez votre médecin, le personnel infirmier ou votre pharmacien.



Systeme de compression active Flowtron®

## Méthodes mécaniques

### Compression pneumatique intermittente

La compression pneumatique intermittente (CPI) peut être utilisée pour vous aider à réduire le risque de développer une TVP. Il s'agit d'une pompe raccordée à des attelles placées autour de chaque jambe ou pied.

Lorsque l'attelle se gonfle, elle ramène le sang des jambes vers le cœur en imitant l'effet naturel de la marche.

Les attelles sont fabriquées dans une matière confortable et respirante et doivent épouser parfaitement vos jambes ou vos pieds. Vous sentirez une légère pression sur un membre pendant une courte période, puis, après un temps de repos, l'autre membre sera comprimé.

Cette thérapie peut être utilisée sur une seule jambe si, pour une raison quelconque, les deux jambes ne peuvent pas être comprimées.



### **Bas anti-thrombo-emboliques**

Des bas spéciaux appelés bas anti-thrombo-emboliques ou bas de contention, peuvent également être utilisés pour prévenir la TVP en appliquant une pression ferme pour favoriser la circulation sanguine dans vos jambes.

Ils peuvent être placés sous ou au-dessus du genou et sont appliqués juste avant votre opération ou immédiatement après. Pour que les bas soient efficaces, ils doivent s'adapter correctement. Pour cela, le personnel infirmier mesure vos jambes avant et pendant votre séjour pour s'assurer que les bas n'arrêtent pas ou ne ralentissent pas le flux sanguin.

En outre, ils doivent :

- être bien ajustés, mais pas trop serrés
- être confortables
- ne pas s'enrouler ou se plier

Lorsque vous portez, mettez en place et lavez les bas, vous devez suivre les instructions données par le personnel infirmier et le médecin, ainsi que les informations écrites fournies par le fabricant.

### **Que faire lors de votre retour à votre domicile ?**

Un caillot peut toujours se former jusqu'à trois mois après votre sortie de l'hôpital<sup>4</sup>. Pour réduire ce risque, vous devrez peut-être poursuivre votre traitement de prévention des caillots à domicile. Avant votre sortie de l'hôpital, il est important de consulter votre équipe médicale sur la marche à suivre pour réduire le risque de formation d'un caillot.

Si vous ressentez l'un des symptômes ci-dessous après votre retour à la maison, contactez votre médecin ou rendez-vous immédiatement au service des urgences le plus proche.

Symptômes à surveiller :

- rougeur, douleur, chaleur ou gonflement de la jambe
- un essoufflement
- un rythme cardiaque rapide
- des lèvres ou doigts bleus
- des douleurs thoraciques
- une toux accompagnée de sang

Cette brochure d'information est basée sur la *directive pour la prévention de la thrombo-embolie veineuse (TEV) chez les patients adultes hospitalisés*, publiée par Queensland Health, et le guide *Preventing Blood Clots: Information for Patients and Carers*, 2014, publié par la Clinical Excellence Commission

#### Références :

1. Jha AK, Larizgoitia I, Audera-Lopez C et al. The global burden of unsafe medical care: analytic modelling of observational studies. *BMJ Qual Saf.* 2013; 22:809-15.
2. Heit JA, Silverstein MD, Mohr DN, Petterson TM, O'Fallon WM, Melton LJ 3rd. Risk factors for deep vein thrombosis and pulmonary embolism: a population-based casecontrol study. *Arch Intern Med.* 2000;160(6):809-15.
3. Cohen AT, Tapson VF, Bergmann JF et al (2008). Venous thromboembolism risk and prophylaxis in the acute hospital care setting (ENDORSE study): a multinational crosssectional study. *Lancet.* 371: 387-394.
4. Venous Thrombosis Risk during and after Medical and Surgical Hospitalizations: The Medical Inpatient Thrombosis and Hemostasis (MITH) Study. *J Thromb Haemost.* 2022 Apr 15. doi: 10.1111/jth.15729. En ligne avant impression.

Juin 2023. Seules les pièces Arjo, spécialement conçues, doivent être utilisées sur les équipements et accessoires Arjo. Notre objectif est de poursuivre le développement de nos produits. Nous nous réservons le droit de les modifier sans préavis. ® et ™ sont des marques déposées du groupe de sociétés Arjo.

© Arjo, 2023

Chez Arjo, nous pensons qu'il est essentiel de favoriser le mouvement au sein des environnements de soins afin d'obtenir des soins de qualité. Nos produits et solutions sont conçus pour promouvoir une expérience sûre et digne grâce à un transfert ergonomique des patients, aux lits médicalisés, à l'hygiène personnelle, à la désinfection, au diagnostic et à la prévention des escarres et de la thrombo-embolie veineuse. Avec plus de 6 500 collaborateurs dans le monde et 65 ans d'expérience concernant la prise en charge des patients et le soutien des professionnels de soins, nous nous engageons à améliorer la santé des personnes confrontées à des problèmes de mobilité.

Arjo AB · Hans Michelsengatan 10 · 211 20 Malmö · Sweden · +46 10 335 4500  
Arjo France SAS · 2, Avenue Alcide de Gasperi · CS 70133 · 59436 Roncq Cedex · France · +33 03 20 28 13 13  
Arjo Switzerland AG · Fabrikstrasse 8 · 4614 Hägendorf · Suisse · +41 (0) 61 337 97 77  
Arjo Belgium sa · Evenbroekveld 16 · 9420 Erpe-Mere · Belgique · +32 (0) 53 60 73 80

[www.arjo.com/vte](http://www.arjo.com/vte)

