

# Deep Vein Thrombosis (DVT)

Deep Vein Thrombosis, also called DVT, is a blood clot that forms inside a vein. It most often occurs in the legs or arms as a result of slow blood flow. The blood clot may block part or all of the blood flow. It may also break loose and move to the lungs where serious injury can occur. Learn how to prevent DVT and know its signs.

## **Risk Factors**

You are at greater risk for DVT if you:

- Have heart disease
- Are pregnant
- Are overweight
- Have anemia
- Have liver disease
- Are inactive or have long periods of bed rest
- Have trauma injuries or fractures
- Have had a stroke or injury that limits the movement of your legs

Some medicines or treatments can also put you at risk.

## **Signs of DVT**

**Call your doctor right away** or go to the nearest emergency department if you have:

- Tender, swollen or red areas that may be warm to the touch in the leg, arm or chest
- Numbness or tingling in the leg, arm or chest
- Aching or pain in your leg, arm or chest
- Fever or chills

# **Trombosis venosa profunda (TVP)**

La trombosis venosa profunda, también llamada TVP, es un coágulo de sangre que se forma dentro de una vena. En la mayoría de los casos, ocurre en las piernas o los brazos como resultado de un flujo sanguíneo lento. El coágulo de sangre puede bloquear parte o todo el flujo sanguíneo. También puede desprenderse e irse a los pulmones donde puede causar daños muy graves. Aprenda a prevenir la trombosis venosa profunda y a reconocer sus síntomas.

## **Factores de riesgo**

Usted tiene un mayor riesgo de padecer una trombosis venosa profunda si:

- Padece alguna enfermedad del corazón
- Está embarazada
- Tiene sobrepeso
- Tiene anemia
- Padece alguna enfermedad del hígado
- Está inactivo o pasa periodos prolongados de reposo en cama
- Tiene alguna lesión traumática o fracturas
- Ha sufrido un derrame cerebral o lesión que limita el movimiento de sus piernas

Algunas medicinas o tratamientos también pueden ponerle en riesgo.

## **Síntomas de TVP**

**Llame al médico de inmediato** o vaya al departamento de urgencias más cercano si:

- Tiene áreas sensibles, hinchadas o rojas en la pierna, el brazo o el pecho, que pueden sentirse calientes
- Entumecimiento u hormigueo en la pierna, el brazo o el pecho
- Molestia o dolor en la pierna, el brazo o el pecho
- Fiebre o escalofríos

**Call 911** or go to the nearest emergency department if you have:

- Shortness of breath or chest pain

**Do not** massage or exercise a painful leg or arm.

## **How to Prevent DVT**

- Your doctor may have you wear support stockings. The stockings help your blood flow to prevent clot formation.
  - Remove the stockings **each day** for 10-30 minutes. Check your feet and legs for redness, bruising or sore areas.
  - Ask your nurse or therapist how to put on the stockings to avoid very tight or wrinkled areas.
  - Lotion may be used if your legs are dry. Allow the lotion to dry and then powder your legs lightly to make it easier to put on the stockings.
  - You should have 2 pairs of stockings so that you have a pair to wear while the other pair is being washed and dried. Wash the stockings each day with mild soap, rinse and air dry.
- Walk every day and do leg and arm exercises to help your blood flow. Ask your doctor or therapist what type of exercise is best for you.
- Avoid sitting or lying in one position for long periods of time. Do not sit with your legs crossed or with constant pressure on the back of the knees. If your legs tend to swell, raise them on a stool when sitting.
- Avoid smoking, especially if you are taking birth control pills.
- Drink at least 8 glasses of liquids each day unless you have been told to limit your fluids.

## **Treatment**

DVT is often treated with blood thinning medicine. The medicine may be given as:

- An IV (intravenous) – You may need to stay in the hospital during treatment.

**Llame al 911** o vaya al departamento de urgencias más cercano si tiene:

- Dificultad para respirar o dolor en el pecho.

No masajee o haga ejercicio con la pierna o el brazo que le duele.

## **Cómo prevenir la trombosis venosa profunda**

- Su médico puede pedirle que use medias de soporte. Las medias ayudan a que la sangre fluya para evitar la formación de coágulos.
  - Quítese las medias **todos los días** durante 10 a 30 minutos. Revise sus pies y piernas para detectar enrojecimiento, moretones o áreas adoloridas.
  - Pregunte a su enfermera(o) o terapeuta cómo ponerse las medias para evitar que algunas partes le queden muy apretadas o con arrugas.
  - Puede ponerse crema si la piel de sus piernas está reseca. Deje que la crema se seque y luego póngase un poco de talco para que sea más fácil ponerse las medias.
  - Debe tener dos pares de medias para que se ponga unas mientras las otras se lavan y secan. Lave las medias todos los días con un jabón suave, enjuáguelas y deje que se sequen al aire.
- Camine diariamente y haga ejercicios para los brazos y piernas para ayudar a la circulación sanguínea. Pregúntele a su médico o terapeuta qué tipo de ejercicio es el mejor para usted.
- Evite sentarse o acostarse en una sola posición por períodos prolongados. No se siente con las piernas cruzadas o con presión constante en la parte de atrás de las rodillas. Si sus piernas tienden a hincharse, súbalas a un banquillo cuando esté sentado.
- Evite fumar, especialmente si está tomando pastillas anticonceptivas.
- Beba un mínimo de 8 vasos de líquido al día, a menos que se le haya indicado que los restrinja.

## **Tratamiento**

En muchos casos, la trombosis venosa profunda se trata con medicamentos anticoagulantes. El medicamento puede administrarse mediante:

- Una transfusión intravenosa (IV): puede que tenga que permanecer en el hospital durante el tratamiento.

- Injections in the stomach – If you need to give yourself injections, you will be taught how to do this.
- Pills – Take your pills as ordered by your doctor. **Call your doctor** if you have any unusual bleeding, dark or bloody urine or stool, or unusual bruising.

You may need to have blood tests done at the lab or doctor's office while you are on this medicine. Follow the schedule your doctor orders.

**Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

- Inyecciones en el estómago: si usted tiene que aplicarse las inyecciones se le enseñará cómo hacerlo.
- Pastillas: tome sus pastillas de acuerdo con las instrucciones de su médico. **Llame a su médico** si tiene algún sangrado anormal, heces u orina oscura o con sangre, o moretones inusuales.

Es posible que mientras esté tomando este medicamento tenga que hacerse exámenes de sangre en el laboratorio o en el consultorio de su médico. Siga las instrucciones que su médico le indique.

**Hable con su médico o enfermera si tiene alguna pregunta o duda.**

8/2007. Developed through a partnership of Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center, and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org).

Deep Vein Thrombosis (DVT). Spanish.