



Guide à l'intention des
patients et des familles
2020

Prévenir la formation de caillots de sang lors d'une hospitalisation

Also available in English: *Preventing Blood
Clots While in the Hospital* (WX85-1542)



www.nshealth.ca

Prévenir la formation de caillots de sang lors d'une hospitalisation

Cette brochure explique :

1. ce qu'est un caillot de sang et pourquoi il se forme;
2. ce que votre équipe de soins de santé fera pour vous protéger contre la formation d'un caillot de sang;
3. les symptômes de la présence potentielle d'un caillot de sang;
4. ce que vous pouvez faire pour prévenir la formation d'un caillot de sang.

Qu'est-ce qu'un caillot de sang et qu'est-ce qui en provoque la formation?

Les caillots de sang sont chose courante. Quand une blessure saigne, le corps réagit en épaississant le sang pour faire cesser le saignement. Si un caillot se forme dans le corps, il peut nuire à la circulation normale du sang, comme une grosse roche qui bloque l'écoulement de l'eau dans un ruisseau.

Les caillots de sang peuvent causer des problèmes graves et même entraîner la mort. Personne n'est à l'abri de la formation d'un caillot de sang. Par contre, les personnes malades, les personnes hospitalisées et celles qui doivent subir une opération chirurgicale sont plus à risque.

Thrombose veineuse profonde et embolie pulmonaire

Quand un caillot se forme dans une veine profonde, on parle de **thrombose veineuse profonde (TVP)**.

Un caillot qui grossit peut finir par bloquer la circulation sanguine dans un bras ou dans une jambe.

Un caillot peut aussi se détacher de la veine et être transporté jusqu'aux poumons. Un caillot en circulation s'appelle un embole, et quand il se loge dans un poumon, il cause un problème grave appelé **embolie pulmonaire**. Le caillot peut rester coincé dans les artères du poumon et bloquer la circulation du sang dans le tissu pulmonaire.

Vous avez des questions? N'hésitez pas à les poser. Nous sommes là pour vous aider.

Que fera mon équipe de soins de santé pour que je ne souffre pas de thrombose veineuse profonde ou d'embolie pulmonaire?

Nous veillons sur votre santé. Voici quelques-unes des mesures que nous prendrons pour prévenir la formation de caillots.

- Nous vous examinerons pour déterminer vos facteurs de risque à la formation de caillots.
- Nous pourrions vous prescrire un anticoagulant, c'est-à-dire un médicament qui éclaircit le sang et prévient la formation de caillots.
- Nous vous demanderons de vous lever et de marcher le plus souvent possible. **C'est important pour prévenir la formation de caillots et vous rétablir.** Si vous ne pouvez pas vous lever et marcher par vous-même, nous vous aiderons à le faire.
- Nous pourrions vous faire porter des bas de contention, c'est-à-dire des bas spéciaux qui facilitent la circulation sanguine dans les jambes et préviennent la formation de caillots.
- Si vous devez subir une intervention chirurgicale, nous pourrions vous faire porter un appareil à compression pneumatique intermittente. Il s'agit d'un manchon doté de chambres à air qui enveloppe la jambe et la cuisse. L'air est pompé dans les différentes chambres du manchon pour activer la circulation sanguine, ce qui peut aider à prévenir la formation d'un caillot.

Comment savoir si j'ai un caillot de sang?

On ne peut pas toujours savoir si quelqu'un a un caillot, mais il y a parfois des signes avertisseurs. Si vous remarquez l'un ou l'autre des symptômes suivants, il faut tout de suite le mentionner à l'infirmière ou au médecin :

- › Votre jambe ou votre bras est enflé et douloureux.
- › Votre jambe ou votre bras est plus chaud qu'à l'habitude et vous remarquez une rougeur.
- › Vous ressentez soudainement une douleur à la poitrine.
- › Vous sentez votre cœur battre plus rapidement (augmentation du rythme cardiaque).
- › Vous avez de la difficulté à respirer ou vous commencez soudainement à respirer plus rapidement.
- › Vous commencez à cracher du sang.

Qu'est-ce que je peux faire pour prévenir la formation d'un caillot de sang?

- Vérifiez régulièrement si vous présentez les symptômes possibles d'un caillot de sang énumérés à la page 4.
- Demandez à votre infirmière ou à votre médecin ce qu'on fait pour diminuer votre risque d'avoir un caillot de sang.
- Prenez le médicament anticoagulant qui vous est prescrit pour éclaircir votre sang. Cela réduira le risque de formation de caillots dans vos veines.
- Portez des bas de contention si on vous a demandé d'en porter.
- Buvez beaucoup de liquides, mais seulement après avoir vérifié auprès de votre infirmière que c'est la bonne chose à faire dans votre cas. Si vous venez tout juste de subir une intervention chirurgicale, les liquides pourraient vous être administrés par intraveineuse. Demandez à votre infirmière quelle quantité de liquides vous pouvez prendre.
- Bougez souvent vos jambes et commencez à marcher dès que votre équipe de soins de santé vous dit que vous pouvez le faire.

Vous avez besoin d'autres informations sur des questions de santé?

Vous trouverez la présente publication et toutes nos autres ressources à l'intention des patients à <http://library.nshealth.ca/PatientGuides> (en anglais seulement). Communiquez avec la bibliothèque publique de votre région pour obtenir des livres, des vidéos, des magazines et d'autres ressources. Pour plus d'informations, allez à <http://library.novascotia.ca/fr>. Vous pouvez parler à une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps, en composant le 8-1-1. Vous pouvez aussi consulter le <https://811.novascotia.ca/?lang=fr>. Pour découvrir d'autres programmes et services offerts dans votre collectivité, composez le 2-1-1 ou allez à <http://ns.211.ca> (en anglais seulement).

La Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse fait la promotion d'un environnement sans fumée, sans vapeur et sans parfum. Nous vous remercions de ne pas porter ni utiliser de produits parfumés.
www.nshealth.ca

Préparation : Programme d'excellence professionnelle

Conception : Services de la bibliothèque de la Régie

Les renseignements contenus dans la présente publication sont fournis uniquement à titre d'information et d'éducation. Ils ne remplacent pas les conseils médicaux ou les soins de santé offerts par un professionnel de la santé. Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé.

FF85-1545 © Février 2020 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse

Les renseignements contenus dans la présente publication sont mis à jour tous les trois ans ou au besoin.