

## בחן את עצמך: האם אתה בסיכון ללקות בפקקת ורידים?

השאלות הבאות נועדו לסייע לך לבחון אם אתה או מישהו מיקיריך נמצא בסיכון ללקות בפקקת ורידים (DVT) – מצב שבו נוצר קריש דם בוורידים העמוקים של הרגל ועלול לגרום לתסחיף מסכן חיים בתוך הריאות. **השאלון אינו מהווה תחליף לבדיקה או התייעצות רפואית.**

1. סמן את כל המשפטים הרלוונטיים (ניתן לסמן מספר תשובות בכל מסך)
2. הציון שיתקבל יסייע לך בהערכת הסיכון לפקקת ורידים עמוקים. שתף בתוצאות את הרופא המטפל.

למידע על פקקת ורידים, גורמי הסיכון ודרכי טיפול ומניעה: [www.pakeket.co.il](http://www.pakeket.co.il)



### סמן את כל המשפטים הרלוונטיים ברשימה, כל משפט מוסיף 5 נקודות להערכת הסיכון:

- אחרי ניתוח שבוצע לאחרונה להחלפת מפרק הירך או מפרק הברך
- שבר בירך, באגן או ברגל בחודש האחרון
- חבלה (טראומה) חמורה בחודש האחרון (כגון נפילה, שבר או תאונת דרכים)
- פגיעה בחוט השדרה שגרמה לשיתוק בחודש האחרון

### סמן את כל המשפטים הרלוונטיים ברשימה, כל משפט מוסיף 3 נקודות להערכת הסיכון:

- גיל 75 או יותר
- היסטוריה אישית של קרישי דם – פקקת ורידים עמוקים (DVT) או תסחיף ריאתי (PE)
- היסטוריה משפחתית של קרישי דם (פקקת - טרומבוזת)
- היסטוריה משפחתית של נטייה לקרישיות יתר

### סמן את כל המשפטים הרלוונטיים ברשימה, כל משפט מוסיף 2 נקודות להערכת הסיכון:

- גיל 60-74
- סרטן (כיום או בעבר)
- אחרי ניתוח גדול שבוצע לאחרונה ונמשך יותר מ-45 דקות
- אחרי ניתוח לפרוסקופיה שבוצע לאחרונה ונמשך יותר מ-45 דקות (ניתוח המבוצע דרך חתך קטן במכשיר מואר, דמוי צינור)
- ריתוק למיטה שנמשך יותר מ-72 שעות בזמן האחרון
- קיבוע/גיבוס שמנע הנעת אחת הגפיים בחודש האחרון
- צינור בכלי דם בצוואר או בחזה המוליך דם או תרופה ישירות ללב (נקרא גם צינור גישה לזוריד מרכזי)

### סמן את כל המשפטים הרלוונטיים, כל משפט מוסיף נקודה להערכת הסיכון:

- נטילת גלולות למניעת הריון או קבלת טיפול הורמונלי חליפי (HRT)
- בהריון או אחרי לידה (עד חודש אחרי לידה)
- גיל 41-60
- לפני ניתוח קטן בעתיד הקרוב
- אחרי ניתוח גדול בחודש האחרון
- דליות ברגליים
- היסטוריה של מחלת מעיים דלקתית (כגון מחלת קרוהן או קוליטיס כיבית)

- נפיחות תמידית ברגליים
- משקל עודף או השמנה
- התקף לב
- אי-ספיקת לב (Congestive Heart Failure)
- זיהום חמור (כגון דלקת ריאות)
- מחלת ריאות כגון אֶמְפִּיזֵמָה (נַפְחָת) או מחלת ריאות חסימתית כרונית
- מצב של "מנוחה במיטה" או ניידות מוגבלת מאוד

### האם אתה בסיכון ללקות בפקקת ורידים עמוקה? חשב את התוצאות

- סיכון נמוך (0-1 נקודות) –** ייתכן שכיום אינך נמצא בסיכון, אבל כדאי לשוב ולבדוק את הסיכון לפקקת ורידים עמוקים בביקורים הסדירים המתוכננים אצל הרופא או בבדיקות השנתיות.
- סיכון בינוני (2 נקודות) –** בביקורך הבא אצל הרופא המטפל הראה לו את התוצאות על מנת שיוכל להעריך את הסיכון שלך לפקקת ורידים עמוקים.
- סיכון גבוה (3 ומעלה נקודות) –** בשל הסיכון המוגבר עליך להציג את התוצאות לרופא המטפל בהקדם, על מנת שיוכל להעריך את הסיכון שלך לפקקת ורידים עמוקים.

שיחה עם רופא עשויה להפחית את הסיכון ללקות בפקקת ורידים. בכל שיחה בנוגע לטיפול הרפואי שלך - שאל את הרופא על הסיכון שלך לפתח פקקת ורידים, במיוחד אם מתוכנן לך ניתוח גדול, אשפוז ממושך או טיסה ארוכה.

למידע על פקקת ורידים, גורמי הסיכון ודרכי טיפול ומניעה: [www.pakeket.co.il](http://www.pakeket.co.il)

