

**Tízszer magasabb a 80 éven felüliek körében a trombózis előfordulása, mint a középkorúak esetében. Mindez nemcsak a mozgásszegény, sokszor ágyhoz kötött életmóddal függ össze, hanem az idős korban gyakoribb, a véralvadást fokozó társbetegségekkel – például cukorbetegséggel vagy szívelégtelenséggel – és a vérkeringés lelassulásával is.** A Semmelweis Egészség Napok – Az időskor nem betegség című február 25-i alkalmán nemcsak arra kaphatnak választ az érdeklődők, hogy miért alakul ki többször a trombózis idős korban, hanem megismerhetik a megelőzést és a terápiás lehetőségeket is.

Míg a 30-40 évesek körében százezer lakosból mintegy hatvannál fordul elő trombózis, addig ez a szám a 80-as korosztályban ennek tízszerese. Hogyan keletkezik a vérrög? Mit jelent a trombózis? Miért fontos a testmozgás és hogyan lehet az ereket tornáztatni? – ezekre a fontos kérdésekre is megtudhatják a válaszokat azok, akik regisztrálnak a Semmelweis Egyetem Geriátriai Klinika és Ápolástudományi Központ rendezvényére.

A szervezet nagyon igyekszik megőrizni a vér alvadásának és folyékony állapotban tartásának kényes egyensúlyát. Ha ez a bonyolult szabályozási rendszer megbillen, trombózist kapunk, vagy vérzékennyé válunk. Idős korban az egyensúly a vér fokozott alvadákonysága irányába tolódik el. Ha valahol kialakul egy vérrög, az elszabadul, bekerül az érpályába, fennakad például a tüdőkeringésben, így alakul ki a tüdőembólia – mutat rá dr. Gadó Klára hematológus, belgyógyász, a Geriátriai Klinika és Ápolástudományi Központ igazgatója.

Az életkor előrehaladtával nő azoknak a betegségeknek a száma, amelyek fokozzák a vér alvadákonyságát, így például a tumoros betegségek, a szívelégtelenség, a cukorbetegség és az autoimmun kórképek is. Emellett az idős emberek kevesebbet mozognak, sokuk ágyhoz kötött, vagyis a mozgásszegény életmód is hozzájárul ahhoz, hogy a vér nem kering olyan ütemesen, pang az erekben vagy éppen a kitágult visszerekben a vér. Ha a folyóban az áramlás nem megfelelő, akkor a hordalék jobban lerakódik a holtágak partjain, így van ez a vérekben is, vagyis könnyebben keletkezik vérrög – magyarázza a professzor.

Dr. Gadó Klára arra is kitér majd a Semmelweis Egészség Napokon tartott előadásában, miben különbözik egymástól vénás és artériás oldalon létrejövő vérrög kialakulásának mechanizmusa és terápiája.

Mint mondja, vénás trombózis leggyakrabban az alsó végtagon alakul ki, de a felső végtagon, a kismedencében, a hasüreg vénáiban és a tüdőben is előfordulhat, ám az ilyen nem típusos megjelenéskor mindig gondolni kell arra, hogy valami más kiváltó tényező is áll a háttérben.

Az artériák esetén az agyi erekben, végtagokban, koszorús erekben alakulhat ki a vérrög, ami ha elzárja az artériát, akkor a mögöttes terület nem kap vért, így szövetelhalás lép fel. Így alakul ki a szívinfarktus, az iszkémiás stroke vagy a végtagelhalás.

A szakember arra is felhívja a figyelmet, hogy az ágyhoz kötött, főként idősothonokban ápolott betegek között nyolcszor gyakoribb a mélyvénás trombózis, mivel ők kevesebbet mozognak.

Ugyancsak magas a kórházban kezelt betegek trombóziskockázata: az összes vénás trombózis 20 százaléka náluk fordul elő, tehát erre a betegcsoportra kiemelten figyelni kell, és a kórházi felvételnél rizikóbecslést kell végezni. A terápia során azt is számba kell venni, hogy a vénás trombózis a betegek 30 százalékánál tíz éven belül kiújul, és azt is szem előtt kell tartaniuk az orvosoknak, hogy a tüdőembóliák mintegy 30 százaléka tünetmentes mélyvénás trombózis következményeként alakul ki.

A betegség nem gyógyszeres kezelési lehetőségei között említi dr. Gadó Klára a rugalmas pólya és az elasztikus harisnya használatát: ha valakinek visszeres a lába, vagy fekvőbeteg, esetleg műtétnél lábadozik, megelőzésként is hasznos, ha ilyet visel. A február 25-i előadáson szó lesz ennek szakszerű használatáról, a tablettás kezelési formákról, a „vérhígító” heparin injekció beadásáról, és az értorna szerepéről is, amely a visszeres lábnak és a trombózison átesetteknek kifejezetten jót tesz, mivel segíti a vénás visszaáramlást.

A hematológus professzor aláhúzza a rendszeres testmozgás szerepét, mivel ennek hiányában létrejön egy ördögi kör: ha nem mozgunk, elhízunk, ha pedig túlsúly alakul ki, akkor nehezebbé válik a mozgás, ami még több súlygyarapodáshoz vezet, ez pedig önmagában fokozza a trombózis kockázatát.