

INFORMATION PATIENT · CŒUR ET CIRCULATION

Phlébite profonde (thrombose veineuse profonde, TVP)

EM Orbit

Vous êtes venu(e) aux urgences avec une jambe ou un bras gonflé ou douloureux. Les examens ont montré un caillot de sang dans une veine profonde, appelé thrombose veineuse profonde (TVP). Vous avez commencé le traitement et vous pouvez rentrer chez vous. Cette fiche explique votre traitement et les signes d'alerte.

De quoi s'agit-il ?

Une TVP est un caillot de sang dans une veine profonde, le plus souvent dans la jambe. Elle peut causer de la douleur, un gonflement, de la chaleur et une rougeur. Le principal danger est qu'un morceau du caillot se détache et aille jusqu'aux poumons. C'est ce qu'on appelle une embolie pulmonaire, qui peut être grave. Le médicament qui fluidifie le sang empêche le caillot de grossir et permet à votre corps de le dissoudre peu à peu.

Prendre soin de soi à la maison

- Continuez à marcher et à bouger normalement. Reposez-vous avec la jambe surélevée quand vous êtes assis(e), cela peut réduire le gonflement.
- Buvez assez d'eau et évitez de rester immobile longtemps. Pendant les longs trajets, levez-vous et marchez toutes les heures ou toutes les deux heures.
- Dites à tout médecin, dentiste et pharmacien que vous prenez un anticoagulant (médicament qui fluidifie le sang).
- Les anticoagulants font saigner plus facilement. Faites attention aux objets tranchants et évitez les activités où le risque de blessure est élevé.
- Ne fumez pas. Si vous prenez la pilule contraceptive ou un traitement hormonal, demandez à votre médecin si vous devez continuer à le prendre.

Médicaments

- Prenez votre anticoagulant exactement comme prescrit, à la même heure chaque jour. N'arrêtez pas et n'oubliez pas de doses, sauf si votre médecin vous le dit.
- Le traitement dure en général au moins 3 mois. Votre médecin décidera combien de temps vous en avez besoin.
- Évitez l'ibuprofène, l'aspirine et les antidouleurs du même type, sauf si votre médecin dit que c'est sans danger. Le paracétamol convient en général ; suivez la notice de la boîte ou les indications de votre médecin.
- Demandez conseil à un pharmacien avant de prendre tout nouveau médicament, remède à base de plantes ou complément.

Suivi

- Consultez votre médecin de famille ou votre centre de santé dans une semaine pour faire le point sur votre traitement.
- Allez aux rendez-vous de consultation ou de prise de sang qui ont été pris pour vous.

Revenez aux urgences ou appelez une ambulance immédiatement si :

- **Essoufflement soudain ou respiration rapide**
- **Douleur à la poitrine, surtout quand vous inspirez**
- **Crachats de sang, ou évanouissement**
- **Saignement qui ne s'arrête pas, vomissements de sang, ou selles noires ou avec du sang**
- **Mal de tête intense, ou faiblesse, engourdissement ou difficulté à parler soudains**
- **Votre jambe devient beaucoup plus gonflée, froide, pâle ou très douloureuse**

Scannez pour lire cette fiche sur votre téléphone

Ce document est une information générale qui complète les conseils que votre médecin ou votre infirmier vous a donnés aujourd'hui. Il ne les remplace pas. En cas d'inquiétude, consultez un médecin. Traduit de l'original anglais ; la version anglaise fait foi.