



TÜRK TORAKS DERNEĞİ

**TÜRK TORAKS DERNEĞİ KLİNİK SORUNLAR ÇALIŞMA GRUBU
"13 EKİM DÜNYA TROMBOZ GÜNÜ" BASIN BİLDİRİSİ**

Tromboz, kan damarlarının içinde pıhtı oluşması sonucu ortaya çıkan, ciddi sağlık sorunlarına ve ölüme yol açabilen bir durumdur. Her yıl 13 Ekim Dünya Tromboz Günü kapsamında pıhtı oluşumunun risk faktörlerine, korunma yöntemlerine ve erken tanıda önemli olan belirtilerine dikkat çekmek istiyoruz.

Normal koşullarda kanın pıhtılaşması kanamayı durduran koruyucu bir mekanizmadır ancak damar duvarında hasar, kan akımında yavaşlama veya kanın pıhtılaşmaya yatkınlığında artış olduğunda damar içinde tromboz gelişebilir. Özellikle bacakların derin toplardamarlarında gelişen tromboz, derin ven trombozu (DVT) olarak adlandırılır. Bu trombozun kopup kan dolaşımıyla gittiği akciğer damarlarını tıkaması ise pulmoner emboli (PE) olarak adlandırılır. PE, zamanında tanı konulup tedavi edilmezse ölümcül olabilir.

Uzun süreli hareketsizlik ve yatak istirahati, büyük ameliyatlar (özellikle kalça ve diz cerrahileri), travmalar, hastanede yatış, ileri yaş, obezite, kanser, daha önce geçirilmiş tromboz, aile öyküsü ve bazı kalıtsal pıhtılaşma bozuklukları tromboz riskini artırır. 2026 Dünya Tromboz Günü'nde kadınların yaşamlarının farklı dönemlerinde değişen tromboz riskine özellikle dikkat çekilmektedir. Gebelik, doğum sonrası dönem, östrojen içeren doğum kontrol ilaçları ve bazı hormon tedavileri kadınlarda pıhtı oluşma riskini artırabilir. Risk faktörlerinin bulunması mutlaka pıhtı gelişeceği anlamına gelmez ancak kişiye uygun koruyucu önlemlerin belirlenmesi için önemlidir.

DVT'de en sık tek bacakta şişlik, ağrı, hassasiyet, kızarıklık ve sıcaklık artışı şikayetleri olur.

PE'de ise ani başlayan veya açıklanamayan nefes darlığı, nefes almakla artabilen göğüs ya da sırt ağrısı, çarpıntı, öksürük, kanlı balgam veya bayılma şikayetleri olur. Özellikle ani başlayan nefes darlığı, göğüs ağrısı veya bayılma gibi belirtilerde zaman kaybetmeden 112 Acil Çağrı Merkezi'nden tıbbi yardım istenmelidir.

Tromboz her zaman önlenemese de birçok olguda risk azaltılabilir. Düzenli fiziksel aktivite, uzun süre hareketsiz kalmamak, uzun yolculuklarda ara verip yürümek ve bacak egzersizleri yapmak, sağlıklı vücut ağırlığını korumak ve sigaradan uzak durmak yararlı alışkanlıklardır. Ameliyat sonrasında ve hastanede yatış sırasında, hastanın sağlık durumu elverdiğinde mümkün olan en erken dönemde hareket etmesi önem taşır. Yüksek riskli hastalarda ise hekim değerlendirmesiyle koruyucu antikoagülan ilaçlar veya mekanik yöntemler kullanılabilir.

Hayat Akışta Güzel! Risklerinizi Bilin, Belirtileri Önemseyin, Geç Kalmadan Harekete Geçin!

Tromboz yalnızca ileri yaştaki veya ağır hastalığı bulunan kişileri değil, genç ve daha önce sağlıklı olan bireyleri de etkileyebilir. Bu nedenle risk faktörlerinin bilinmesi, belirtilerin erken fark edilmesi ve zamanında sağlık hizmetine başvurulması büyük önem taşır. Doğru önlemler ve erken müdahale sayesinde tromboza bağlı ciddi sağlık sorunlarının önemli bir bölümü önlenabilir.

Türk Toraks Derneği olarak tromboz konusunda toplumsal farkındalığın artırılması, erken tanının desteklenmesi ve hastaların doğru tedaviye zamanında ulaşması için çalışmalarımızı kararlılıkla sürdürdüğümüzü kamuoyuna saygıyla duyururuz.

Türk Toraks Derneği