

# Thrombose veineuse profonde - thromboembolie pulmonaire

Si un caillot sanguin se forme dans une veine profonde, il peut interrompre la circulation et produire **l'inflammation de la zone**. Il est appelé **thrombose veineuse profonde (TVP)**. Si le caillot se désagrège et une partie arrive à d'autres organes, il peut arrêter la circulation dans ces derniers. S'il arrive au poumon, il est appelé **thromboembolie pulmonaire (TEP)**.

## Causes

Les caillots sont formés le plus fréquemment si une personne a été **immobilisée (repos prolongé, chirurgie...)**. D'autres facteurs aident également : âge, surpoids, tabac, contraceptifs, grossesse et accouchement, cancer, cholestérol élevé, diabète et maladies **sanguines et du cœur (fibrillation, cardiopathies congénitales, insuffisance cardiaque) et certaines maladies héréditaires**.

## Thrombose veineuse profonde

La TVP est la formation d'un caillot de sang dans une veine profonde de la jambe ou du bassin inférieur. Moins fréquemment, elle peut affecter d'autres veines profondes, comme celles des bras.

## Quelles sont les gênes qui peuvent être causées ?

- **Gonflement ou inflammation de la jambe affectée.**
- Douleur ou sensibilité sur la jambe, qui commence souvent sur le mollet.
- **Augmentation de la température de la jambe.**
- **Changements dans la couleur de la peau (rougie ou bleue, et brillante).**

## Comment est-elle diagnostiquée ?

Pour les gênes qu'elle produit. Le, ou la, médecin évalueront l'examen de la jambe et, si **nécessaire, ils demanderont une analyse de sang** (étude du dimère D) et une échographie vasculaire.

## Thromboembolie pulmonaire (TEP)

Si le caillot voyage dans les veines en direction du cœur et arrive aux poumons, il peut obstruer une ou plusieurs artères pulmonaires et empêcher le passage du sang : c'est la TEP.

## Quelles gênes peut-il causer ?

**Une sensation de manque d'air** (souvent avec un début brusque et qui empire en s'allongeant),

augmentation de la fréquence respiratoire ou cardiaque, douleur aiguë dans le thorax et toux sèche. Dans certains cas peu fréquents, une expectoration de sang, des malaises ou une syncope peuvent apparaître.

## Comment est-elle diagnostiquée ?

**Si la, ou le, médecin suspectent une TEP, ils le confirmeront par des examens, comme une tomodensitométrie (TAC) thoracique, une gammagraphie pulmonaire ou une échographie pulmonaire. Une analyse peut également être réalisée** pour l'évaluation du dimère D.

## Quel est le traitement ?

L'objectif principal du traitement est de **dissoudre le caillot** et de rétablir la circulation du sang pour éviter d'autres complications. Des **anticoagulants** sont utilisés, ce qui aide à résorber le caillot formé et à éviter que d'autres nouveaux ne se forment. Dans certains cas, une **chirurgie** est nécessaire pour réparer les altérations produites ou pour prévenir la formation de nouveaux caillots.

Il est recommandé d'éviter les facteurs déclencheurs, comme l'immobilité, prévenir les varices et faire un **exercice doux** pour renforcer la musculature des jambes et augmenter son intensité **lorsque le caillot aura été dissout**. Pour la TEP, la **réhabilitation respiratoire** est également recommandée pour améliorer l'efficacité pulmonaire.

## Prévention

La meilleure prévention est un **régime alimentaire sain**, faire de l'**exercice** et **ne pas fumer**, **éviter l'immobilité** et **faire un suivi** des maladies qui peuvent provoquer des caillots.

L'une des recommandations les plus économiques et efficaces, et qui aide à prévenir de possibles épisodes de thrombose ou d'embolie est de **marcher**, attendu que la mobilisation évite la formation de caillots.

