



The Malaysian Medical Gazette

The Malaysian Medical Gazette

- About
- Announcements
- Articles
- Opinions
- Feature Articles
- Young Columnists Program
- Contact Us
- Terms of Use

HEALTH EDUCATION, INTERNAL MEDICINE/PERUBATAN DALAMAN

Kenali Gejala Darah Beku – Dr Azwanis Abdul Hadi

by Hidayah • July 29, 2020 • 0 Comments

Kita mungkin pernah terdenar mengenai seseorang yang mengalami gejala darah beku. Namun tidak begitu pasti apakah yang dimaksudkan dengan darah beku dan apa yang patut kita ketahui.

Apakah itu gejala darah beku?



Gejala darah beku atau deep venous thrombosis (DVT) adalah gumpalan darah yang terbentuk di dalam sistem saluran darah vena yang membawa darah kembali ke jantung. Darah beku atau DVT ini sering berlaku di dalam sistem saluran darah yang dalam dan jauh dari badan seperti paha atau kaki. Ini kerana darah di kawasan tersebut secara azali mempunyai aliran yang lebih lambat dari tempat lain kerana kedudukan yang jauh dari jantung, dan tarikan graviti yang kuat memerlukan bantuan injap2 didalam kaki untuk menolak darah ke atas.

Apakah penyebab darah beku atau DVT?

Ada banyak faktor yang boleh menyebabkan pembentukan darah beku. Di dalam saluran darah terdapat banyak mekanisma yang mengawal pengawal pembekuan darah. Darah beku berlaku apabila mekanisma kawalan ini menjadi tidak seimbang. Ketidakseimbangan ini berlaku apabila pergerakan darah menjadi lambat dan apabila berlaku kerosakan pada dinding sauran darah.

Aliran darah kita bergerak dengan lambat disebabkan oleh faktor usia, berat badan berlebihan atau kurang pergerakan. Apabila aliran darah lambat, maka akan mula terbentuk gumpalan darah beku yang kecil yang lama kelamaan membesar dan akan menyumbat aliran saluran darah. Gejala pembekuan darah ini dinamakan deep venous thrombosis.

Kenapa DVT berbahaya?

Darah beku ada potensi untuk tercabut dan akhirnya melekat di cabang saluran darah kecil di peparu. Kejadian ini dinamakan Pulmonary Embolism. Apabila darah di peparu tersumbat maka peparu akan rosak yang boleh menyebabkan kematian. Hanya 10% daripada DVT boleh menjadi pulmonary embolism. Walau bagaimanapun, ini tetap penting kerana pulmonari embolism adalah antara penyebab utama kematian punca dari DVT.

Apakah simptom-simptom DVT?

Ia disyaki apabila salah satu kaki (selalunya di bahagian betis) seseorang itu:

1. Bengkak
2. Merah
3. Sakit apabila disentuh
4. Panas

Apakah simptom-simptom Pulmonary Embolism?

1. Sakit dada secara tiba
2. Batuk berdarah
3. Sukar atau sakit ketika bernafas
4. Degupan jantung yang laju



THE SPEAKSPACE

VACCINES WORK

It is an open secret to beat **DIPHTHERIA**

Why reinvent the wheel, when it is already tried and tested? Ignore stupidity. **VACCINATE** your child today.

ANNUAL NUMBER OF REPORTED CASES OF DIPHTHERIA, CANADA, 1924 - 2012

www.mm gazette.com

SOCIAL MEDIA

Find us on Facebook

twitter

Instagram

YouTube

CATEGORIES

- #ForMedicalStudents
- #HealthyRamadhan
- #MsiaEndsDengue

Apakah faktor risiko yang boleh menyebabkan DVT?

Berikut adalah antara faktor-faktor risiko seseorang untuk mendapat DVT:

- Pergerakan terhad dalam tempoh lama (seperti perjalanan jauh melebihi 4 jam)
- Terlantar atas katil selepas kemalangan atau penyakit (seperti angin ahmar)
- Menjalani pembedahan besar (seperti tulang, jantung atau perut) kurang dari 3 bulan
- Mengalami patah tulang pinggul, peha dan kaki dalam masa terdekat
- Obesiti
- Mengandung dan 3 bulan selepas bersalin
- Rawatan penggantian hormone oestrogen
- Menghidap kanser
- Vena verikos
- Menghidap penyakit thrombophilia
- Umur yang lanjut
- Merokok

Doktor akan membuat saringan dan megira skor sesorang pesakit itu apabila memasuki hospital. Jika skor nya menunjukkan bahawa seseorang pesakit itu mempunyai risiko tinggi untuk mendapat darah beku, maka ubat pencegah atau profilaksis seperti heparin akan dimulakan. Ini kerana didapati hampir 80% DVT berlaku dikalangan pesakit di hospital.

Wanita mengandung dan darah beku

Pulmonary embolism adalah antara 3 penyebab kematian ibu mengandung di Malaysia. Wanita mengandung khususnya mempunyai 5 kali ganda risiko yang lebih tinggi dari orang bukan mengandung untuk mendapat DVT. Keadaan ini bermula dari trimester pertama dan berterusan sehingga 2 bulan selepas bersalin. Risiko ini sangat tinggi pada waktu pantang dan 20 kali ganda lagi tinggi jika seseorang wanita itu melalui pembedahan caesarean section. Oleh sebab ini, seseorang wanita yang mengandung dan mempunyai faktor risiko lain ataupun telah menjalankan pembedahan caesarean section mesti dimulakan terapi heparin utk menghalang DVT dan PE berlaku.

Apakah cara-cara untuk mencegah darah beku?

3. Minum air secukupnya – Ini adalah untuk mengelak dehidrasi dan melancarkan sirkulasi darah.
4. Sering berjalan – Darah akan bergerak dengan lebih lancar dengan bantuan kontraksi otot-otot apabila kita bergerak.
5. Melakukan senaman kaki setempat – Jika tidak boleh berjalan, boleh melakukan senaman setempat seperti meregang otot betis dan peha.
6. *Graded compression stockings* – Sesuai untuk mereka yang tidak boleh megambil ubat cair darah, yang hanya perlu profilaksis untuk masa yang singkat seperti ketika perjalanan jauh.
7. *Pneumatic compression* – Sesuai untuk pesakit terlantar yang tidak boleh menggunakan stokin/sarung kaki.
8. Heparin – Heparin adalah terapi ubat cair darah yang diberi secara suntikan dan terdapat pelbagai jenis.

Apakah nasihat yang boleh diberi kepada orang awam?

Sesiapa yang mempunyai salah satu faktor risiko seperti di atas maka dinasihatkan untuk mengambil langkah pencegahan.

Contohnya, jika anda akan menempuhi perjalanan jauh (melebihi 4 jam), maka rancanglah perjalanan supaya mempunyai tempoh berhenti dah gunakanlah peluang untuk berjalan seketika. Jika perjalanan berterusan tanpa berhenti seperti menaiki pesawat, maka berjalanlah di dalam pesawat. Anda juga boleh melakukan senaman kaki setempat. Pada masa yang sama selalu meminum air dan menggunakan 'compression stockings'.

Jika anda syaki mempunyai simptom-simptom DVT untuk segera mendapat pemeriksaan doktor. Dan jika mempunyai simptom-simptom PE untuk segera ke pusat kecemasan yang berdekatan.

Dr Azwanis Abdul Hadi seorang Pakar Perubatan Keluarga dan Pensyarah di International Islamic University Malaysia.

References

1. Up-to-date. Clinical presentation and diagnosis of the non-pregnant adult with suspected deep vein thrombosis of the lower extremity.
2. Clinical practice guidelines. Prevention and Treatment of Venous Thrombosis 2013.

[This article belongs to The Malaysian Medical Gazette. Any republication (online or offline) without written permission from The Malaysian Medical Gazette is prohibited.]

- Back to School
- Breast Cancer Awareness
- Cancer/Barah
- Dental/Pergigian
- Dermatology/Dermatologi
- DoctorOnCall
- DoctorOnCall
- Early Career Psychiatric Chapter (ECP)
- Editorials
- Emergency Medicine/Perubatan Kecemasan
- ENT/Telinga, Hidung & Tekak
- Feature Articles
- Floods & Health
- General/Umum
- Health Education
- Heart Awareness Month
- Infectious Diseases/Penyakit Berjangkit
- Internal Medicine/Perubatan Dalaman
- Kejururawatan/Nursing
- Letters To Editor
- Lifestyle/Gaya Hidup
- Medical & Literature
- Medication/Ubah-ubatan
- Medicine & Law/Undang-Undang Perubatan
- Men's Health/Kesihatan Lelaki
- Ministry of Health/Kementerian Kesihatan Malaysia
- News & Announcements
- Non-communicable Disease/Penyakit Tidak Berjangkit
- Obstetric/Obstetrik
- Occupational Health/Kesihatan Pekerja
- Opinions
- Ophthalmology/Mata
- Ophthalmology/Ophthalmologi
- Optometri/Optomety
- Orthopaedics/Ortopedik
- Paediatrics/Pediatriks
- Physiotherapy/Fisioterapi
- Psychiatry/Psikiatri
- Public Health/Kesihatan Awam
- Research/Kajian Saintifik
- Surgery
- WNTD2014
- Women's Health/Kesihatan Wanita
- World Breastfeeding Week 2014
- Young Columnists Program

