

# Trombosis Dalam KEHAMILAN

Kebanyakan bakal ibu kurang mengalami kesakitan ketika hamil, tetapi segelintir daripadanya pula mengalami kerumitan yang serius. Proses kehamilan biasanya dilalui tanpa sebarang masalah.

**W**alaupun bagaimanapun, perlu disedari bahawa proses ini ada kalanya berisiko. Salah satu daripadanya ialah trombosis atau darah beku, walaupun ia jarang berlaku.

## Apakah Punca-Puncanya?

Darah yang kaya oksigen akan dipamkan daripada jantung ke seluruh anggota badan melalui arteri. Setelah organ-organ mengekstrak oksigen yang diperlukan daripada darah, pembuluh darah kemudiannya akan mengempamnya kembali ke jantung.

Trombosis ialah penyakit serius yang diakibatkan oleh pembekuan darah di dalam pembuluh darah atau jantung yang akan menyebabkan darah kurang atau berhenti daripada dipamkan.

Bagi wanita-wanita hamil, trombosis biasanya menyerang pembuluh darah di kaki. Adalah sukar untuk menjelaskan sebab-sebabnya kerana perjalanan darah melalui pembuluh-pembuluh darah ini ada kalanya perlahan.

Sekiranya seorang wanita memerlukan rehat dan tidur yang panjang, peredaran darah yang sememangnya perlahan akan bertambah perlahan lagi. Darah yang tidak mengalir dengan lancar akan menjadi pekat dan seterusnya boleh mengakibatkan trombosis.

Kehamilan itu sendiri sebenarnya menyebabkan darah menjadi pekat. Proses ini membantu tubuh kita menghentikan pendarahan yang banyak sekiranya berlaku kecederaan, ia berlaku kerana perubahan kimia dalam saluran darah yang rosak.

Pertambahan bahan kimia semasa kehamilan membantu pembekuan darah. Ibu yang mendukung anaknya di pinggul misalnya, akan memperlancarkan pengaliran darah ke kaki. Faktor ini juga menyebabkan trombosis.

## Tanda-Tanda Trombosis

Trombosis ada kalanya merujuk kepada *deep venous thrombosis* atau DVR, ia berbeza dengan trombosis di permukaan darah di kaki yang dipanggil *superficial venous thrombosis*, di mana anda akan berasa sesuatu yang keras di kaki. Walau bagaimanapun, ia tidak menyakitkan.

Trombosis dalam pembuluh darah boleh mendatangkan masalah. Perkara ini biasanya dapat dilihat seperti darah beku, tetapi tidak menunjukkan tanda-tanda luaran. Dalam kes yang lain pula, pembuluh darah yang tersumbat akan menyebabkan kaki bengkak.

## Masalah yang timbul

Terdapat dua kerumitan yang serius di trombosis di kaki. Amatlah berbahaya apabila terdapat darah beku di paru-paru yang dipanggil *pulmonary embolism*. Apabila sebahagian daripada darah beku di kaki pecah dan peredaran darah tersekat di paru-paru, ini akan menyebabkan kesakitan di dada, sukar untuk bernafas, batuk berdarah dan pitam.

Kerumitan kedua ialah apabila berlakunya kerosakan pada pembuluh darah di kaki. Wanita yang mengalami trombosis ketika hamil atau selepas bersalin akan mengalami bengkak kaki. Ada juga yang mengalami kekejangan dan ulser kaki.

## Bagaimana ia berlaku

### Bagaimana ia boleh berlaku?

Kebanyakan bakal ibu yang mengalami bengkak kaki, kesakitan di betis, tidak semestinya mengalami trombosis, tetapi mereka haruslah merujuk diagnosis ke kepada doktor dan menjalani pemeriksaan.

Pemeriksaan dijalankan bergantung kepada keadaan, kemudahan yang ada dan tahap kehamilan. Ultrasound scan juga boleh digunakan untuk mengesan peredaran darah yang tidak lancar atau tersekat.

### Rawatan

Sebaik sahaja disahkan mengalami trombosis semasa hamil, doktor akan menentukan ubat apa yang harus diambil bagi mengurangkan darah beku. Ia boleh diberikan dengan cara suntikan atau tablet. Pesakit ini haruslah menjalani pemeriksaan darah bagi memastikan mereka tidak mengambil dos yang berlebihan, supaya tidak menanggung risiko pendarahan.

Wanita yang berisiko tinggi mengalami trombosis juga digalakkan mengambil pil atau suntikan. Mereka juga dinasihatkan

memakai stoking yang boleh menguatkan dinding pembuluh darah dan membantu mengurangkan risiko darah beku.

### Selepas bersalin

Wanita lepas bersalin berisiko untuk mendapat trombosis, terutamanya di kaki. Penyakit trombosis adalah amat bahaya, walaupun ia berlaku pada bahagian kaki. Ini adalah kerana darah beku ini boleh menghasilkan serpihan-serpihan (embolism) yang sekiranya berjalan ke otak boleh menyebabkan strok, sekiranya memasuki paru-paru boleh menyebabkan kesesakan nafas, dan seseorang boleh mendapat serangan jantung sekiranya ia tersekat di saluran darah pada jantung.

Wanita bersalin lebih berisiko mendapat penyakit darah beku disebabkan darah yang pekat selepas bersalin, tahap hormon yang tinggi di dalam badan dan pergerakan yang terbatas selepas bersalin. Risiko ini akan terus meningkat sekiranya wanita tersebut mempunyai berat badan berlebihan, mempunyai penyakit kencing manis dan darah tinggi semasa kehamilan.

Apabila darah beku berlaku pada bahagian kaki, kaki tersebut akan bengkak dan sakit. Doktor akan melakukan *Doppler Ultrasound* pada bahagian yang disyaki untuk mengesan penyakit ini.

Rawatan bagi penyakit ini adalah ubat cair darah yang boleh diambil secara oral ataupun suntikan. Tahap keairan darah akan dipantau oleh doktor agar darah tersebut tidak terlalu cair sehingga memudaratkan pesakit, seperti berlaku pendarahan dalaman. Tempoh pengambilan ubat ini adalah di antara 6 bulan ke setahun.

### Jangka panjang

Jika anda pernah mengalami trombosis, anda tidak digalakkan atau sepatutnya mengambil pil perancang kerana ia akan mungkin menyebabkan penyakit itu berulang walaupun ia jarang berlaku.

Kesan daripada kehamilan menyebabkan pembekuan darah akan mengambil masa yang lama untuk hilang. Kebanyakan doktor akan menasihatkan anda supaya tidak mengambil pil perancang sekurang-kurangnya tiga minggu selepas melahirkan anak.

### Cara-cara mengatasinya

Risiko pesakit trombosis boleh dikurangkan hanya dengan mengambil langkah-langkah berikut:

- + Kerap meregangkan kaki jika berdiri atau duduk terlalu lama.
- + Memakai stoking jika anda berisiko untuk mendapat trombosis.
- + Jika anda pernah mengalami pembedahan di perut (caesarean), lakukan banyak pergerakan sebaik sahaja menjalani pembedahan, &

