

## Koronavirusinfektiota sairastavan potilaan veritulppariski

Koronavirusinfektioon voi liittyä muita hengitystietulehduksia suurempi riski laskimotukoksiin, sillä koronavirusinfektio aktivoi veren hyytymisjärjestelmää.

**Veritulppariskiin voi vaikuttaa myös itse! Koronainfektion aikana tukosriskiä voi pienentää mm. seuraavilla keinoilla:**

- Huolehdi riittävästä juomisesta (yleensä 2,5 litraa päivässä riittää)
- Vaihda levätessä asentoa riittävän usein
- Jos olet vuodepotilaana, pyri kuitenkin jaloittelemaan toistuvasti, vaihda asentoa, liikuta jalkoja, vältä unilääkkeitä
- Liiku sisällä voinnin mukaan
- Jos sinulta löytyy tukisukat, käytä niitä nukkumisen aikana
- Huolehdi siitä, että otat sinulle määrätyt verenpaine-, diabetes- ja kolesterolilääkkeesi ohjeen mukaan → Seuraa verenpainettasi ja verensokeriarvojasi, jos sinulla on kotona seurantamittarit
- Tupakointia tulee välttää
- Huolehdi hyvästä suu- ja hammashygieniasta

**Varsinaisen tukosalttiuden lisäksi tukoksen riskiä lisäävät esimerkiksi:**

- Diabetes, syöpä- ja verisuonisairaudet, kuten aiemmin sairastettu ylä- tai alaraajan laskimotukos tai keuhkoveritulppa
- Vaikea tulehduksellinen sairaus (esim. reuma, tulehdukselliset suolistosairaudet)
- Yli 60 vuoden ikä lisää myös tukosriskiä
- Ylipaino (erityisesti, jos painoindeksi on yli 40)
- Suuren leikkauksen jälkitila
- Kipsihoito
- Raskaus ja lapsivuodeaika (etenkin 6 viikkoa synnytyksen jälkeen)
- Ehkäisytablettien ja hormonikorvaushoidon käyttö
- Kuivuminen ja yli kolme vuorokautta jatkunut liikkumattomuus

Jos sinulla on aiemmin ollut ylä- tai alaraajan laskimotukos tai keuhkoveritulppa, tai sinulla on useampi kuin yksi muista yllä mainituista tukosriskiä lisäävistä tekijöistä voit olla suurentuneessa riskissä saada laskimotukoksen.

Jos et ole alkukartoituksen yhteydessä saanut arviota, tarvitsetko verenohennuslääkitystä koronavirusinfektion aikana, ole asiasta yhteydessä PPKY Kallion pandemiakoordinaattoriin puh. 040-6355391, joka keskustelee asiasta lääkärin kanssa. Lääkäri arvioi yksilöllisesti, tarvitseeko henkilö koronavirusinfektion vuoksi laskimotukoksia ehkäisevää lääkitystä.