खून पतला करने का इंजेक्शन

Enoxaparin (Clexane, Lupenox) — ऑपरेशन या फ्रैक्चर के बाद

आपकी खुराक: ..... **दिन में एक बार**
कब तक: ..... (☐ 14 दिन ☐ 28 दिन ☐ 35 दिन)

यह क्यों जरूरी है

कूल्हे या घुटने के ऑपरेशन के बाद, या फ्रैक्चर के बाद, पैर की गहरी नसों में खून का थक्का जम सकता है। यह थक्का फेफड़ों तक पहुँचकर जानलेवा हो सकता है। यह इंजेक्शन उस खतरे को बहुत कम कर देता है।

इंजेक्शन लगाने का तरीका

- **रोज एक ही समय पर**, पेट की चर्बी में, नाभि से लगभग 5 सेंटीमीटर दूर।
- **रोज बगल बदलें** — एक दिन बाईं ओर, अगले दिन दाईं ओर।
- चमड़ी को उँगलियों से हल्का उठाएँ, सुई सीधी 90 डिग्री पर लगाएँ, धीरे-धीरे दवा डालें, फिर छोड़ें।
- **सिरिंज में जो छोटा हवा का बुलबुला है उसे निकालें नहीं** — वह वहीं रहना चाहिए।
- इंजेक्शन के बाद उस जगह को **मलें नहीं।**
- इस्तेमाल की गई सुइयाँ किसी मजबूत डिब्बे में डालें, घर के कूड़े में नहीं।

इंजेक्शन की जगह हल्के नील पड़ना सामान्य है
थोड़ी सी तकलीफ भी सामान्य है। रोज बगल बदलने से यह कम होता है।

इस दौरान ध्यान रखें
हमसे पूछे बिना दर्द-सूजन की गोलियाँ (Combiflam, Zerodol, Brufen, Voveran) न लें — साथ में लेने पर खून बहने का खतरा बढ़ता है। पैरासिटामोल ठीक है।
चलते-फिरते रहें। जागते समय हर घंटे टखने को ऊपर-नीचे करने का व्यायाम करें, और खूब पानी पिएँ।

तुरंत संपर्क करें अगर
पेशाब में खून, या काला/खूनी मल · खाँसी में खून · बिना चोट के बड़े नील · तेज सिरदर्द · खून बहना जो रुके नहीं

तुरंत अस्पताल जाएँ अगर: पिंडली में दर्द, सूजन, लाली या गरमाहट · अचानक सांस फूलना · सीने में दर्द · खाँसी में खून। ये थक्के के लक्षण हो सकते हैं।