

Information zur ambulanten Thrombose-Therapie

Bei Ihnen wurde eine Venen-Thrombose festgestellt. Darunter versteht man das Verklumpen des Blutes (Blutgerinnsel) in einer tiefen Vene. Dies kann eine schwere Erkrankung darstellen, welche insbesondere bei nicht regelrecht durchgeführter Therapie lebensbedrohlich sein kann. Hauptgefahr ist das Auftreten einer **Lungenembolie**. Spätschäden drohen durch **Beinsschwellung** und **Geschwür** (postthrombotisches Syndrom/"PTS"). Bei zügiger Erkennung und Behandlung ist die tiefe **Beinvenenthrombose gut behandelbar** und gefährliche **Lungenembolien fast immer vermeidbar!**

Es ist nun umgehend eine **Behandlung notwendig!**

Heutzutage werden Thrombosen nach wissenschaftlichen Leitlinien ⁽¹⁾ vom **Hausarzt** und **Gefäßspezialisten** diagnostiziert und **ambulant behandelt**. Dies gilt auch für evtl. auftretende kleinere Lungenembolien. Nur bei bestimmten Besonderheiten, größeren Lungenembolien, weiteren Erkrankungen oder bei zu erwartenden Problemen bei der häuslichen Versorgung ist eine stationäre Einweisung notwendig.

⁽¹⁾ Quelle: Interdisziplinäre S2-Leitlinie, Stand Okt 2015: Diagnostik und Therapie der Venenthrombose und der Lungenembolie/AWMF-Register-Nr. 065/002. Übersicht Medikamente siehe oben Tabelle 2.

Zur Therapie müssen Sie folgendes beachten:

❶ **Blutverdünnung ist wichtig:** durch die modernen blutverdünnenden Medikamente ist die ambulante Thrombotherapie erst möglich geworden.

Durch Blutverdünnung wird ein Wachstum des Gerinnsels in der Vene verhindert und das Risiko eines Verschleppens in die Lunge (Embolie) deutlich vermindert. Auch werden die natürlichen körpereigenen Auflösungsvorgänge unterstützt.

Notwendig ist die Anwendung eines **sofort wirksamen Medikamentes** (z.B. "Heparinspritzen"), bis ein anderes langsam wirkendes Medikament (z.B. Marcumar®) als **Dauertherapie** seine Wirkung entfaltet und für mehrere Monate/Jahre eingenommen werden muss. Inzwischen gibt es verschiedene andere Medikamente in Tablettenform als Alternative zur Spritze.

Außerdem **trinken** Sie bitte ausreichend!

❷ **Kompression ist wichtig:** Durch eine korrekte Kompressions-Behandlung können die **Akutbeschwerden** einer Thrombose und **Spätschäden** **effektiv gelindert** werden. Dazu muss ein Kompressionsstrumpf der Klasse II (evtl. Klasse III bei PTS) für längere Zeit tagsüber getragen werden. Bei Beinsschwellung sollte vor Anmessen des Strumpfes mit Kurzzug-Binden gewickelt werden. Ein Unterschenkel-Kompressionsstrumpf ist meistens ausreichend.

❸ **Bewegung ist wichtig:** Durch häufiges kurzes Umhergehen, (z.B. stündliches Aufstehen, Fußwippen) mit Kompression im Knöchel-Unterschenkelbereich kommt es zu einer wirksamen Beschleunigung des Blutflusses in den Beinvenen. Thrombosewachstum und Schwellung werden so verhindert. Das frühere

„Aufstehverbot“ ist heutzutage nicht mehr üblich und sogar von Nachteil. Bewegen Sie sich!

❹ **Kontrollen:** Bei einer Blutverdünnung durch Marcumar® (Phenprocoumon) sind regelmäßige Labor-Kontrollen beim Hausarzt (evtl. auch hier) unabdingbar! Eventuell ist auch eine Diagnostik und Therapie weiterer Erkrankungen notwendig. Auch können je nach Befund bestimmte Labor-, Strumpf- oder Ultraschall-Kontrollen durch Ihren Hausarzt oder uns notwendig werden.

Bei neuen akuten **Brust-Beschwerden** wie plötzliche Luftnot, Engegefühl, stechende Schmerzen oder anderen, Sie beängstigenden Symptomen informieren Sie umgehend einen Arzt. Es könnte sich um eine Lungenembolie handeln. Je nach Ausprägung würde dies an der eingeleiteten Behandlung mit Heparinspritzen/Tabletten nicht grundsätzlich etwas ändern, da die von Ihnen bereits eingenommenen Präparate auch bei der Behandlung der Lungenembolie eingesetzt werden. Eventuell sind aber zusätzliche Maßnahmen erforderlich!

Auch bei deutlicher **Symptomzunahme** von Beinschwellung oder Schmerzen oder **Einblutungen** sollten Sie ärztlichen Rat einholen.

Beachten Sie also die folgenden 4 Punkte:

❶ **Blutverdünnung:** sofort wirkende „Heparinspritze“ z.B. Arixtra®, Fraxodi® oder Innohep® 1 x tgl. und/oder später Tabletten z.B. Marcumar®, Xarelto® genau nach ärztlicher Anweisung!

❷ **Kompression:** Wickelverband bei Schwellung (Ödem), später Strumpf Klasse II tagsüber.

❸ **Bewegung:** Gehen erlaubt, nicht ins Bett legen! Dabei Kompression tragen. (Hochlagerung des Beines nur bei starker schmerzhafter Schwellung sinnvoll)

❹ **Kontrollen:** Vereinbarte Termine wahrnehmen!

Wichtig zu wissen: Ein Bluttest auf familiäre Thromboseneigung ist in den meisten Fällen nicht sinnvoll! Nachts ist keine Kompression erforderlich! Vorschriften der Fluggesellschaften sehen eine Fluguntauglichkeit von 3 Monaten nach Thrombose vor! Auch bei einer Thrombose im Oberschenkel ist ein Unterschenkelstrumpf meistens ausreichend!

Bei akuten Problemen wenden Sie sich an:

Hausarzt: _____

Venenzentrum: Tel: 0611-33549311

Ärztlicher Notdienst: Tel: 116117 **Notruf:** 112

St. Josefs-KKH (JoHo): Tel: 0611- 177-0

Horst-Schmidt-Klinik (HSK): 0611- 43-0

Befolgen Sie bitte die Anweisungen von Hausarzt und Venen-Spezialist. Ihre Thrombose wird dann sicher, ambulant und leitliniengerecht durchgeführt.

Notizen: