

	<p>The Johns Hopkins Hospital Patientendaten</p>	<p>Original: Datum: 14.09.2017</p> <p>Abteilung: VTE- Kollaboration/Chirurgie</p>
	<p>Wie kann ich Blutgerinnsel verhindern?</p> <p>Venöse Thromboembolie (VTE)</p> <p>Tiefe Venenthrombose (TVT)</p> <p>Lungenembolie (LE)</p>	
<p>Was ist ein Blutgerinnsel oder Venöse Thromboembolie (VTE)?</p>	<p>Blutgerinnsel werden als venöse Thromboembolien (VTE) bezeichnet. Es gibt im Wesentlichen zwei Arten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eine tiefe Venenthrombose (TVT) ist ein Blutgerinnsel in einer tiefen Vene, in der Regel in einem Arm oder Bein • Eine Lungenembolie (LE) ist ein Blutgerinnsel, das sich gelöst hat und in die Lunge gelangt ist. Es kann zum Tod führen. 	
<p>Sind Blutgerinnsel gefährlich?</p>	<p>VTE töten mehr als 100.000 Menschen pro Jahr. Das ist mehr als die Summe aller Menschen, die durch AIDS, Autounfälle und Brustkrebs sterben.</p> <p>Eine VTE kann Probleme verursachen, unter denen Sie möglicherweise für den Rest Ihres Lebens leiden werden. Zu diesen Problemen gehören:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Langfristig Probleme mit der Atmung • Eine höhere Wahrscheinlichkeit eines weiteren Gerinnsels • Schwellungen, die nicht abklingen • Geschwüre oder Wunden, die nicht heilen 	
<p>Wie kann ich feststellen, ob sich bei mir ein Blutgerinnsel gebildet hat?</p>	<p>Bei einigen Menschen, die eine VTE haben, treten möglicherweise keine Symptome auf. Bei Menschen mit einer TVT können die folgenden Symptome in einem Arm oder Bein auftreten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwellungen • Schmerzen oder Krämpfe • Rötung, Schmerzempfindlichkeit oder Wärme <p>Bei Menschen mit einer LE können die folgenden Symptome auftreten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kurzatmigkeit oder Unfähigkeit, Atem zu schöpfen • Schmerzen im Bereich des Brustkorbs • Blutiger Husten 	
<p>Was verursacht Blutgerinnsel?</p>	<p>Krankenhauspatienten haben eine höhere Chance, eine VTE zu entwickeln. Andere Faktoren, die die Wahrscheinlichkeit eines Blutgerinnsels erhöhen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Frühere TVT/LE - Fälle von VTE in der Familie - Größere Operationen - Bettruhe - Trauma - Krampfadern - Adipositas - Blutkrankheiten - Kürzlicher Schlaganfall - Schwangerschaft - Krebs und/oder Chemotherapie - Anti-Baby-Pille und/oder Hormonersatztherapie 	
<p>Die häufigsten Tests, die mein Pflege-Team anordnen kann, um zu sehen, ob ich ein Blutgerinnsel habe</p>	<p>Je nach Situation können Sie folgende Tests durchführen lassen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ein Bluttest namens D-Dimer • Einen Ultraschalltest von Arm oder Bein, um nach dem Gerinnsel (TVT) zu suchen • Eine Computertomographie (CT) des Brustkorbes mit i.v. (intravenösem) Farbstoff, um nach einer LE zu suchen 	



The Johns Hopkins Hospital Patientendaten

Original: Datum:
14.09.2017
Abteilung: VTE-
Kollaboration/Chirurgie

**Wie kann ich Blutgerinnsel verhindern? Venöse
Thromboembolie (VTE) Tiefe Venenthrombose (TVT)
Lungenembolie (LE)**

**Wie kann ich ein
Blutgerinnsel
verhindern?**

Wenn Sie ins Krankenhaus kommen, wird das Pflege team alle Risiken einer Gerinnselbildung prüfen, die bei Ihnen möglicherweise vorliegen. Sie verschreiben dann das, was Ihnen am besten hilft, die Bildung eines Gerinnsels zu verhindern.

- Medikamente sind der beste Weg, die Bildung eines Gerinnsels zu verhindern.
- Die 2 wichtigsten Medikamente, die zur Vermeidung von Blutgerinnseln verwendet werden, sind Heparin und Enoxaparin (Lovenox). Diese Medikamente werden manchmal Blutverdünner genannt. Diese Medikamente werden Ihnen gespritzt, in der Regel in den Bauch.
- Spezielle Strümpfe können auch helfen, Blutgerinnsel zu verhindern.
 - Sequenzielle Kompressionsgeräte (SCDs) verwenden eine Maschine, um sanften Druck auf die Beine oder Füße auszuüben. Diese helfen auch mit der Durchblutung. Sie müssen so viel wie möglich getragen werden, um die Bildung von Blutgerinnseln zu verhindern.
 - Es können Ihnen auch Kompressionsstrümpfe oder TED-Strümpfe verschrieben werden. Diese helfen auch mit der Durchblutung.

Viele Leute denken, dass sich Blutgerinnsel durch Bewegung vermeiden lassen, allerdings ist das nicht wahr. Bewegung und Laufen sind wichtig für die Gesundheit, und sie können dabei helfen, Erkrankungen wie eine Lungenentzündung und Wundliegen zu verhindern. Das Laufen selbst verhindert keine Blutgerinnsel. Aus diesem Grund sollte Ihr Versorgungsplan auch Medikamente und/oder sequenzielle Kompressionsgeräte und/oder Kompressionsstrümpfe umfassen, die Ihr Pflege team verschrieben hat.

**Was geschieht, wenn ich
ein Blutgerinnsel habe?**

Je nach Ihrer spezifischen Erkrankung benötigen Sie möglicherweise:

- Ein intravenös verabreichtes Medikament wie Heparin
- Per Spritze verabreichtes Enoxaparin (Lovenox)
- Einnahme von Tabletten wie Warfarin (Coumadin), Rivaroxaban (Xarelto) oder Dabigatran (Pradaxa)
- Sie müssen diese Medikamente für einen Zeitraum von Monaten oder möglicherweise Ihr ganzes Leben lang nehmen
- Möglicherweise müssen Sie spezielle Strümpfe wie TEDs tragen, die Ihr Risiko langfristiger Probleme, die sich im Zusammenhang mit Blutgerinnseln ergeben können, senken können
- Manche Menschen benötigen einen speziellen Filter, der in eine Vene eingeführt wird, um das Blutgerinnsel zu „fangen“, wenn es sich löst. Viele dieser Filter können entfernt werden, nachdem die Gefahr der Gerinnsel vorüber ist.

Weiter Ressourcen?

Sie können Ihre Krankenpfleger um andere Informationsblätter bitten, z. B. zum Thema Warfarin-Aufklärung und Vorsichtsmaßnahmen für Blutungen bei Patienten, die mit Blutverdünnern behandelt werden. Es stehen Ihnen die folgenden anderen Online-Ressourcen zur Verfügung:

- National Blood Clot Alliance: <http://www.stoptheclot.org/>
- North American Thrombosis Forum: <http://www.natfonline.org/>
- Clot Care: <http://www.clotcare.com/>
- CDC: <http://www.cdc.gov/ncbddd/dvt/facts.html>
- Armstrong Institute for Patient Safety: <http://www.Hopkinsmedicine.org/Armstrong/bloodclots>