



Antikoagulation

(Therapie mit Blutgerinnungshemmern)

120, avenue Salentiny
L-9080 **ETTELBRUCK**
TEL: 8166-1
FAX: 8166-3080
www.chdn.lu

10, rue G.-D. Charlotte
L-9515 **WILTZ**
TEL: 9595-1
FAX: 957710
www.chdn.lu

In folgenden Fällen muss immer ein Arzt aufgesucht werden:

- bei ungewohnten Blutungen. d.h.
 - Nasen- oder Zahnfleischbluten,
 - beim Auftreten großer Hämatome,
 - bei Blut im Stuhl (schwarz oder rot) oder im Urin,
 - bei anormaler starker Regelblutung,
 - bei Husten oder Erbrechen von Blut,
- bei schweren Verletzungen,
- bei starken Kopfschmerzen,
- wenn Sie eine falsche Medikamentendosis eingenommen haben,
- bei ungewohnten Schmerzen.

Was ist zu tun, wenn Sie vergessen haben, Ihre Medikamente einzunehmen:

Innerhalb von 4 Stunden können Sie die Medikamente noch einnehmen. Sollte das Vergessen der Einnahme mehr als 4 Stunden zurückliegen, müssen Sie Ihren Arzt verständigen, der Ihnen dann mitteilt, wie Sie vorgehen müssen. Er wird evtl. eine Blutanalyse anordnen, um Ihren INR-Wert zu kontrollieren oder ob die Medikamentendosis verändert werden muss.

Verhütungsmittel für Frauen

Sprechen Sie unbedingt mit Ihrem Arzt über das Thema Verhütung. Eine Schwangerschaft während einer Behandlung mit Gerinnungshemmern ist nicht ratsam. Nicht alle Verhütungsmittel werden empfohlen.

Sie sollten Ihren Antikoagulationspass und die Blutgruppenkarte immer bei sich tragen.

Fragen und Bemerkungen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Liebe Patientin, lieber Patient,

Ihr Arzt hat Ihnen ein Medikament zur Blutgerinnung (Antikoagulant) verschrieben. Um Ihnen einen optimalen Umgang mit diesem Medikament zu ermöglichen, bietet Ihnen das CHdN in Ettelbruck eine Schulung zum Thema Antikoagulation an. Themen der Schulung:

- Informationen zum Medikament
- Zu welcher Tageszeit muss das Medikament eingenommen werden?
- Was muss man beachten, wenn man Blutgerinnungshemmer einnimmt?
- Ernährung
- Blutanalyse - therapeutischer Wert - Normalwert
- Dokumentation der Blutanalysen und Behandlung
- Fragen und Antworten

2 x 1 Stunde sind vorgesehen. Die genauen Termine werden Ihnen von der Abteilung «Examens fonctionnels / Cardiologie» mitgeteilt.

Tel.: 8166-65321

Hier können Sie sich die Termine notieren:

Termin 1:

..... / / bis Uhr

Termin 2:

..... / / bis Uhr



Ihr Arzt hat Ihnen ein Medikament zur Hemmung der Blutgerinnung (Antikoagulant: Sintrom® oder andere Blutgerinnungshemmer) verschrieben

Durch die Einnahme von Blutgerinnungshemmern wird verhindert, dass das Blut zu sehr gerinnt oder ein Blutgerinnsel entsteht.

Diese Medikamente werden auch „Anti-Vitamin-K“ genannt, weil sie verhindern, dass Vitamin K aktiv wird. Vitamin K ist zur Gerinnung des Blutes notwendig. Weil die Wirkung des Vitamins durch die Einnahme von Sintrom® gestoppt wird, wird Blut flüssiger und die Bildung von Blutgerinnseln wird verhindert. Vitamin K entsteht im menschlichen Körper, befindet sich jedoch auch in einigen Lebensmitteln.

Diese Medikamente werden bei Patienten verschrieben, deren Blut zu „dick“ ist oder bei Patienten, die Thrombosen haben.

Wie und wann müssen die Medikamente eingenommen werden?

Damit Ihr INR / Quick (therapeutischer Blutwert) immer optimal eingestellt ist, sollten Sie Ihre Medikamente **täglich**, wenn möglich zur selben Uhrzeit und vorzugsweise **abends** einnehmen.

Wenn Sie die Medikamente abends einnehmen: Nach einer Blutanalyse erhalten Sie nachmittags die Resultate und Sie können, falls erforderlich, sofort abends die Dosis Ihrer Medikamente anpassen.

Sintrom® gibt es in Tablettenform. Die Tabletten sind mit einem Glas Wasser einzunehmen. Da es Tabletten mit unterschiedlichen Dosierungen gibt, müssen Sie immer auf die richtige Dosis achten. Wichtig ist, dass Sie die Einnahme der Medikamente nicht vergessen.

Es kann sein, dass Sie nicht jeden Tag die gleiche Dosis einnehmen müssen. Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt über die genaue Dosis und bitten Sie ihn, Ihren Blutgerinnungspass auszufüllen.

Regelmäßige Blutanalysen sind notwendig: Wozu dienen diese Blutanalysen?

Mit der Blutanalyse wird die Blutgerinnung gemessen. Am häufigsten wird der INR-Wert benutzt. Eine Person, die keine Blutgerinnungshemmer nimmt, hat normalerweise einen INR-Wert von 0,8 - 1 (Quick: 100 %). Wenn der INR-Wert erhöht ist, gerinnt das Blut langsamer. Wenn der INR-Wert niedrig ist, ist das Blut dickflüssiger und gerinnt schneller. Ihr Arzt wird versuchen, Ihr

Blut flüssiger zu machen, d.h. der INR-Wert muss erhöht werden. Den für Sie optimalen Wert wird Ihnen Ihr Arzt mitteilen.

Wann muss eine Blutanalyse gemacht werden?

Zu Beginn der Behandlung wird Ihr Arzt für jeden Tag oder jeden zweiten Tag eine Blutanalyse anordnen, um feststellen zu können, wie Ihr Körper auf das Medikament reagiert. Die Dosis des Medikaments kann angepasst werden.

Nachdem der INR-Wert und die Dosis gut eingestellt sind, müssen weitere Blutanalysen gemacht werden. Die Gerinnung Ihres Blutes kann sich verändern, ohne dass Sie etwas bemerken.

Vorsichtsmaßnahmen

Vermeiden Sie Verletzungen wegen der Verblutungsgefahr.

Im Berufsleben

Treffen Sie Vorsichtsmaßnahmen, wenn Sie eine Tätigkeit ausüben, bei der Verletzungsgefahr besteht und tragen Sie Schutzkleidung (Handschuhe, Schutzbrille, ...). Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.

In der Freizeit

Wenn Sie Sport betreiben, wählen Sie Sportarten mit niedriger Verletzungsgefahr (Jogging, Wandern, Schwimmen, ...). Vermeiden Sie Sportarten mit hoher Verletzungsgefahr.

Tragen Sie bei Garten- oder Bastelarbeiten Handschuhe und seien Sie vorsichtig.

Die Ernährung

Einige Lebensmittel sind reich an Vitamin K und können die Wirkung des Antivitamin K verringern. Alle Lebensmittel sind erlaubt. Folgende Lebensmittel sollten jedoch in geringen Mengen verzehrt werden:

- Kohlarten, wie Broccoli, Blumenkohl, Grünkohl, Rotkohl, Sauerkraut (max. 100 g),
- Spinat und Avocado (max. 150 g), 1 kleine Schüssel Kopfsalat, Sojasprossen, Petersilie, Kresse,
- Sojaöl und Rapsöl,
- koffeinhaltige Getränke (schwarzer und grüner Tee, Kaffee).

Jede Art von Diät muss vorher mit dem Arzt besprochen werden. Bei Verzicht bestimmter Lebensmittel, kann die Blutgerinnung beeinträchtigt werden.

Der Genuss von Alkohol kann die Blutgerinnung ebenfalls beeinträchtigen. Gemäßigter Alkoholkonsum (1 Glas Wein oder Bier pro Tag) wird die Blutgerinnung wahrscheinlich nicht beeinträchtigen.

Hygiene

- Verwenden Sie eine weiche Zahnbürste, um Zahnfleischblutungen zu vermeiden.
- Seien Sie besonders vorsichtig bei einer Rasur mit Rasierklingen. Die Verwendung elektrischer Rasierapparate ist weniger gefährlich.
- Weisen Sie bei einer Maniküre, Pediküre oder beim Frisör darauf hin, dass Sie Blutgerinnungshemmer einnehmen und Verletzungen vermieden werden sollten.

Ihre Gesundheit

Weisen Sie alle Ihre Ärzte, Physiotherapeuten, Zahnarzt, ... darauf hin, dass Sie mit Blutgerinnungshemmern behandelt werden.

Verweigern Sie intramuskuläre Spritzen (in den Po oder Arm), da Verblutungsgefahr besteht.

Nehmen Sie niemals ein anderes Medikament ohne Ihren Arzt oder den Apotheker zu fragen. Die meisten Medikamente haben Einfluss auf die Gerinnung des Blutes.

Reagieren Sie richtig, wenn Sie bluten:

Drücken Sie bei einer Verletzung mit einem sauberen Tuch auf die Stelle, bis die Blutung aufhört.

Je nach Verletzungsgrad sollten Sie Ihren Arzt schnell aufsuchen, ins Krankenhaus gehen oder den Notarzt rufen.

Bedenken Sie auch, dass durch einen Schlag eine innere Blutung entstehen kann, die im Ohr nicht unbedingt zu erkennen ist. Lassen Sie sich deshalb nach einem Unfall ohne sichtbare Verletzungen untersuchen.