

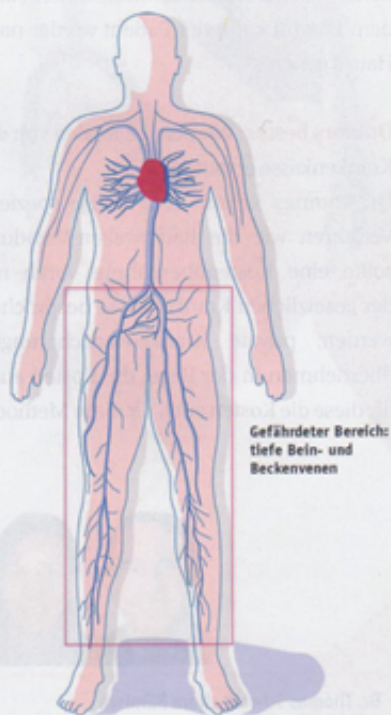
Thrombose: Wie beuge ich vor

Vorsicht Thrombosegefahr bei langen Flugreisen - davor warnen Fluggesellschaften und manche Reiseführer. Was ist Thrombose und wie kann ich mich davor schützen? Der Münchner Privatdozent Dr. Christian M. Schambeck ist Laborarzt und Hämostaseologe.

Dr. Schambeck: „Eine Thrombose ist eine Gefäßerkrankung, bei der sich ein Blutgerinnsel in einem Gefäß bildet. Der Patient selbst muss das gar nicht sofort bemerken. Er spürt einen Schmerz oder ein Ziehen im Bein, vielleicht ähnlich einem Muskelkater, nur dass ein Muskelkater nach einigen Tagen vergeht, dieser Schmerz jedoch nicht.“

Doktors bestes: Was soll ich dann machen?

Was ist eigentlich Thrombose?



Gefährdeter Bereich tiefe Bein- und Beckenvenen

DGA Deutsche Gesellschaft für Angiologie
 Gesellschaft für Gefäßmedizin e.V.

Dr. Schambeck: „Sofort zum Hausarzt oder einem entsprechenden Facharzt gehen, der dies eingehend untersucht und im Verdachtsfall eine Ultraschalluntersuchung durchführen wird.“

Doktors bestes: Wie kann ich einer Thrombose vorbeugen?

Dr. Schambeck: „Sie müssen sich vorstellen, dass in den Beinvenen das Blut mit relativ geringem Druck fließt, dazu muss es noch entgegen der Schwerkraft Richtung Herzen fließen. Die Wadenmuskulatur wirkt dabei wie eine Art Pumpe und „drückt“ das Blut nach oben. Fällt die Muskelpumpe aus, z.B. bei langen Flügen, verlangsamt sich der Blutfluß und das Blut gerinnt, wird fest. Gymnastische Übungen, die die Muskelpumpe wieder in Gang setzen, können vorbeugen. Das kann jeder relativ simpel bewerkstelligen, in dem er rhythmisch mit seinen Füßen von der Hacke auf die Zehenspitzen und zurück wippt. Eine zweite Möglichkeit sind Kompressionsstrümpfe.“

Eine weitere sind Heparinspritzen, gerne auch als blutverdünnende Spritzen bezeichnet. Das Blut wird aber nicht so verdünnt, als ob man Wasser in Wein schütten würde. Das Blut fließt dadurch nicht schneller. Heparin sorgt in Wirklichkeit nur dafür, dass das Blut nicht ins Stocken gerät, nicht fest wird. Ihr Arzt berät Sie, welche Vorsichtsmaßnahme die richtige für Sie ist.“

Doktors bestes: Wirkt sich die Anti-Baby-Pille auf eine mögliche Thrombosegefahr aus?

Dr. Schambeck: „Pille und Pille ist nicht das Gleiche. Manche Präparate haben ein höheres, manche ein geringeres Thromboserisiko. Sollte familiär eine Thrombosenneigung bestehen, ist eine Abklärung empfehlenswert.“

Der Frauenarzt kann dann die Pille mit dem geeignetsten Wirkstoff verschreiben.“

Doktors bestes: Was soll ich machen, wenn bei Familienmitgliedern Thrombosefälle aufgetreten sind?

Dr. Schambeck: „Dann kann ich vom Arzt mein Blut untersuchen lassen, rund zehn Prozent der Bevölkerung leiden unter einer milden angeborenen Thrombosenneigung, einer sogenannten Thrombophilie.“



Priv.-Doz. Dr. med. Christian M. Schambeck
 Laborarzt und Hämostaseologe

Hämostasikum München
 Haderunstr. 10
 81375 München
 Tel.: 089 520 46 13 0
 www.haemostasikum.de

» Muskuläre Unterstützung durch Gymnastik hilft dabei das Blut leichter durch den Körper zu pumpen. «