

Dr. med. Thilo Kingerter

Hausärztliche Versorgung ♦ Betriebsmedizin

www.Kingerter.de

Freiligrathstr. 267

26386 Wilhelmshaven

thilo.Kingerter@t-online.de

Tel.: 04421-60877

Fax: 04421-60870

Mit Gerinnungshemmern leben

Gerinnungshemmer verzögern die Blutgerinnung, werden sie aber nicht außer Kraft setzen. Wie stark die Gerinnung gehemmt wird, hängt von der Dosierung des Medikamentes(bspw. Heparin, Falithrom, Marcumar) im Einzelnen ab. Deshalb werden wir die Gerinnung regelmäßig kontrollieren.

Es können kleine und alltägliche Wunden etwas länger als normal bluten. Das ist kein Grund zur Sorge, da die Gerinnung bei guter Einstellung und regelmäßiger Kontrolle weiter funktioniert.

Wenn sie sich zum Beispiel verletzt haben, blutet die Wunde und nach kurzer Zeit hört die Blutung auf, weil das austretende Blut gerinnt und damit die Wunde verschließt. So sorgt die Natur dafür, dass Sie nicht verbluten und die Wunde heilen kann. Dies ist ein Schutzmechanismus.

Manchmal jedoch führt dieser Mechanismus bei bestimmten Krankheiten zur Bildung von kleinen Blutgerinnseln in den Adern (z.B. bei Thrombose oder bei Herzrhythmusstörungen aus dem Vorhof, sog. Vorhofflimmern).

Ein Gerinnsel kann durch den Blutstrom weggeschwemmt werden und kann so in einem anderen Gebiet eine Ader verschließen.

„Vorsorgen besser ist als Heilen“, also versuchen wir die Entstehung eines Gerinnsels zu verhindern. Die Gerinnungshemmer hindern nun das Blut in gewissen Grenzen daran, zu gerinnen.

Sie müssen besonders sorgfältig dosiert und jeden Tag eingenommen werden.

Eine abendliche Einnahme hat den Vorteil, dass Sie noch am gleichen Tag die Dosis korrigieren können, wenn Ihr Arzt dies nach der Kontrolle für notwendig hält.

Sollten Sie die Einnahme vergessen haben, so nehmen Sie auf keinen Fall die doppelte Menge. Wenden Sie sich in diesem Fall vertrauensvoll an Ihren Arzt. Er sagt Ihnen, was zu tun ist.

Jeder Arzt, auch der Zahnarzt, muss wissen, dass Sie Gerinnungshemmer einnehmen.

Einige Medikamente können im Sinne einer „Arzneimittelwechselwirkung“ die Wirkung des Gerinnungsmittels abschwächen oder verstärken. Eine Spritze kann dann nur in die Vene oder unter die Haut gegeben werden. Spritzen in die Muskulatur können zu Blutungen in der Muskulatur führen.

Eine besondere Ernährung muss nicht eingehalten werden. Nur mit grünem Gemüse sollten Sie etwas vorsichtig sein; denn grünes Gemüse ist besonders reich an Vitamin K. Dieses Vitamin schwächt sozusagen als natürlicher Gegenspieler die Wirkung von Gerinnungshemmern wie Marcumar oder Falithrom ab.

Das heißt nicht, dass Sie ab sofort kein grünes Gemüse mehr essen dürfen. Sie sollen lediglich etwas zurückhaltender sein.

Vitamin K enthalten: Blumenkohl, Broccoli, Kohl, Sauerkraut, Spinat, Rosenkohl, übrige Kohlsorten, Schweinefleisch, fettes Rindfleisch, alle Innereien, auch etwas Kartoffeln, Weizen- und Vollkornprodukte, Bohnen, Erbsen und Erdbeeren