

THROMBOSE WAS NUN?

Ein Wegweiser für Patienten mit
Thromboseneigung



Dr. med. H. Pollmann

Praxis für Diagnostik und Therapie von
Blutgerinnungsstörungen Loerstr. 19

48143 Münster

Tel.: 0251-620420

Fax: 0251-6204216

www.haemophilie-zentrum.de

1. WAS IST EINE THROMBOSE?

Das Wort Thrombus kommt aus dem Griechischen (Thrombos = Klumpen) und beschreibt ein Blutgerinnsel - ein Klümpchen aus geronnenem Blut. Von einer Thrombose spricht man, wenn ein solches Gerinnsel ein Gefäß teilweise oder vollständig verschließt. Durch den Verschluss wird der Blutfluss behindert.

2. WIE ENTSTEHT EINE THROMBOSE?

Thrombosen können unterschiedliche Ursachen haben:

- Verlangsamter Blutfluss
- Veränderte oder verletzte Innenschicht der Blutgefäße
- Immobilität
- Erhöhte Blutgerinnungsneigung, auch durch Gendefekte

3. WIE BEMERKT MAN EINE THROMBOSE?

Thrombosen können überall im Kreislauf des Körpers entstehen. Sie bilden sich aber bevorzugt dort, wo das Blut langsam fließt, nämlich in den Venen. Meistens sind die Venen der Beine oder des Beckens betroffen.

Typische Symptome einer Thrombose sind:

- Ziehender, muskelkaterähnlicher Schmerz, meist in einem Bein, vor allem in der Wade
- Schmerzen beim Auftreten oder Abrollen
- Rötung, Schwellung und Überwärmung der betroffenen Gliedmaßen
- Die Schwellung kann mit glänzender Haut, bzw. verstärkter Zeichnung der oberflächlichen Venen einher gehen.

Diese typischen Symptome können einzeln oder auch gar nicht auftreten.

Die gefährlichste Komplikation einer Thrombose ist die Lungenembolie. In diesem Fall löst sich ein Thrombus z.B. aus der Beinvene, gelangt in den Lungenkreislauf und verschließt dort ein Lungengefäß. Anzeichen für eine Lungenembolie können sein:

- Plötzliche körperliche Schwäche mit Herzrasen, Blässe und kaltem Schweiß
- Kurzatmigkeit
- Schmerzen beim Atmen

Bei diesen Anzeichen rufen Sie bitte sofort den Arzt!

4. RISIKOFAKTOREN

Die Risikofaktoren, die die Entwicklung einer Thrombose begünstigen, sind zahlreich. Dazu zählen u.a.:

- Immobilisation, z.B. durch Operationen, krankheitsbedingte Bettlägerigkeit, unfallbedingte Verletzungen
- Ruhigstellung einer Extremität durch Gipsbehandlung oder Schiene
- Einnahme oraler Hormonpräparate
- Rauchen, Übergewicht
- Mangelnde Bewegung, insbesondere langes Sitzen in beengter Position (Reise im Flugzeug, im Bus)
- Familiär gehäuftes Auftreten von Thrombosen durch genetische Veränderungen

5. GENETISCHE RISIKOFAKTOREN

Bei über 40 % aller Thrombosepatienten liegt eine angeborene Gerinnungsstörung vor, d. h. die Störung liegt auf einem Teil der Erbanlage, dem Genom. Jedes Chromosom des Genoms ist doppelt angelegt, deshalb kann die jeweilige Störung auf einem oder auch auf beiden Chromosomen liegen. Ist nur eines betroffen, spricht man von heterozygoter, sind beide betroffen von homozygoter Ausprägung.

Die Gerinnungsstörung kann an verschiedenen Stellen des Gerinnungssystems auftreten. Betroffen sein können z.B. Gerinnungsfaktoren,

Rezeptorproteine, und körpereigene Hemmstoffe der Gerinnung.

Störung	Risikoerhöhung
Faktor V Leiden-Mutation, heterozygot	7-fach
Faktor V Leiden-Mutation, homozygot	80-fach
Prothrombin-Mutation, heterozygot	3-fach
Protein C-Mangel	7-fach
Protein S-Mangel	6-fach
AT III-Mangel	5-fach
Hyperhomocysteinämie, MTHFR-Mutation	2-4-fach
Lipoprotein(a)-Erhöhung	3-fach

Bei erblichen Gendefekten sind Männer und Frauen gleichermaßen betroffen. Für Blutsverwandte 1. Grades, d.h. für Eltern, Geschwister und Kinder, besteht ein 50%iges Risiko, ebenfalls betroffen zu sein.

Deshalb ist eine Familienuntersuchung in diesem Fall dringend zu empfehlen!

Kinder sollten frühestens im späten Kindergartenalter untersucht werden, wenn eine problemlose Blutentnahme möglich ist.

6. THROMBOSEVERMEIDUNG

Wenn Risikofaktoren vorliegen, insbesondere, wenn Sie schon einmal eine Thrombose erlitten haben, sollten Sie folgende Punkte beachten:

- Viel Bewegung (z. B. spazieren gehen, Sport treiben)
- Vermeiden von langem Stehen und Sitzen in beengten Positionen; öfter mal aufstehen, ein paar Schritte gehen (Aktivierung der Wadenmuskel-Pumpe)
- Auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten
- Vermeiden von allgemeinen Risikofaktoren wie Rauchen, Übergewicht oder die Einnahme von Hormonen
- Evtl. Tragen von angepassten Antithrombose-Strümpfen
- Ggf. Heparinisierung (z. B. bei Immobilisation, Flugreisen >3 Std.)
- Ggf. orale Antikoagulation

Jeder Patient, der eine Thrombose durchgemacht hat, ist gefährdet, erneut eine Thrombose zu erleiden. Bei dem Vorliegen von Risikofaktoren, ist in diesen Fällen auf eine konsequente Thromboseprophylaxe zu achten!