

SANDOZ

In der Schweiz seit 1886.

Herz-Kreislauf

Blutverdünner verstehen

Informationen für Patient*innen, denen
Antithrombotika verschrieben werden.

Hilfreiche
Informationen
zum Schutz Ihrer
Gesundheit.



Blutverdünner, auch Gerinnungshemmer oder **Antithrombotika** genannt, werden verschrieben, um **Sie vor potenziell lebensbedrohlichen Erkrankungen** zu schützen.

Die Einnahme eines Gerinnungshemmers kann sich wie ein grosser Schritt anfühlen, besonders wenn Sie sich Sorgen um Blutungen machen. Der **Nutzen überwiegt jedoch häufig die Risiken, selbst bei älteren Erwachsenen und Personen mit einem höheren Blutungsrisiko.**

Auf den folgenden Seiten finden Sie verständliche Antworten auf häufige Fragen, Tipps und praktische Ratschläge, damit Sie und Ihre Angehörigen sich bei jedem Schritt selbstbewusster und besser informiert fühlen.

Was sind Blutgerinnsel?



Bei einer Verletzung sorgt der Körper dafür, dass die Blutung schnell aufhört, die Wunde mit einem Blutpfropf (Gerinnsel) verschlossen wird. Dieser Prozess der Blutgerinnung wird auch **Koagulation** genannt und verhindert, dass kleine Schnitte oder Verletzungen zu einem grösseren Problem werden.

Was ist Thrombose?



Bei einer **Thrombose** wird ein Blutgefäss durch ein (unerwünschtes) Blutgerinnsel verschlossen.

Diese Blutgerinnsel können den **Blutstrom ganz oder teilweise blockieren oder sich lösen** und an anderen Orten des Blutkreislaufs Gefässe verschliessen. Eine Thrombose kann **schwerwiegende** Folgen haben.

Bestimmte Zustände, wie Operationen, verringerte Mobilität, unregelmässiger Herzschlag oder chronische Erkrankungen, können Ihr **Risiko für die Entwicklung dieser Gerinnsel erhöhen.**



Mit einer gut eingestellten und konsequenten Antikoagulationsbehandlung kann die Bildung von unerwünschten Blutgerinnseln oft verringert oder verhindert werden.

Was ist eine Thromboembolie?

Wenn sich ein Gerinnsel löst und durch Ihren Blutkreislauf wandert, kann es den Blutfluss zu lebenswichtigen Organen unterbrechen und folgende Komplikationen verursachen:



Lungenembolie

Verstopfung eines Blutgefässes in der Lunge



Schlaganfall

Unterbrechung des Blutflusses im Gehirn



Herzinfarkt

Verstopfung der Herzerterien



Tiefe Venenthrombose

Verstopfung tiefer Venen, meist in den Beinen

Wenn Sie bereits eine dieser Erkrankungen hatten, ist Ihr Risiko für ein weiteres Ereignis höher.



Obwohl alle Gerinnungshemmer das Risiko für Gerinnsel senken, wirken sie jeweils auf unterschiedliche Weise und werden zur Behandlung verschiedener Erkrankungen eingesetzt.

Was sind Gerinnungshemmer?

Wenn bei Ihnen ein Risiko für schädliche Blutgerinnsel besteht, kann Ihnen Ihre Ärztin oder Ihr Arzt einen **Blutverdünner** verschreiben.

Blutverdünner, auch **Gerinnungshemmer** oder **Antithrombotika** genannt, machen Ihr Blut nicht tatsächlich dünnflüssiger, sondern sie **verringern die Gerinnung**, sodass das Blut ungehindert fließen kann.

Sie werden häufig zur **Vorbeugung einer Gerinnselbildung** bei Erkrankungen wie tiefer Venenthrombose, Vorhofflimmern (Herzrhythmusstörung mit raschem Herzschlag) und **Lungenembolie** eingesetzt.

Arten von Gerinnungshemmern

Es gibt verschiedene Arten von **Gerinnungshemmern**. Alle erfordern eine **regelmässige Überwachung**. Ihre Ärztin oder Ihr Arzt entscheidet, welcher **für Sie am besten geeignet ist**.

- **DOAK** (direkte orale Antikoagulantien) sind **moderne** Gerinnungshemmer, die ein- oder zweimal täglich **eingenommen** werden. Hierzu zählen Wirkstoffe wie Apixaban, Dabigatran, Edoxaban und Rivaroxaban.
- **VKA** (Vitamin-K-Antagonisten) sind Gerinnungshemmer, die die Wirkung von Vitamin K im Körper hemmen und die Bildung von Blutgerinnungsfaktoren verhindern z.B. Phenprocoumon. Es gelten **bestimmte Ernährungseinschränkungen** und es müssen **unterschiedliche Tagesdosen** eingehalten werden.
- **Antikoagulantien**, die gespritzt werden, wie Heparin werden in der Regel für **kurzzeitige Behandlungen** oder im Spital verwendet.
- **Thrombozytenaggregationshemmer** (Plättchenhemmer), wie niedrig dosierte Acetylsalicylsäure (ASS), Clopidogrel, Ticagrelor oder Prasugrel, wirken anders als Gerinnungshemmer – sie **verhindern das Zusammenkleben** der Blutplättchen.

Tipps für die sichere Anwendung Ihres Gerinnungshemmers

Da Blutverdünner die Gerinnung verlangsamen, kann es länger dauern, bis eine Blutung aufhört. Hier sind einige Tipps für Ihre Sicherheit:



Nehmen Sie Ihre Medikamente immer wie verordnet zur gleichen Tageszeit ein.



Informieren Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt vor einer Operation oder Zahnbehandlung, dass Sie Gerinnungshemmer anwenden.



Erkundigen Sie sich bei einer Fachperson über Wechselwirkungen bei der Anwendung von Schmerzmitteln.



Beschränken Sie den Verzehr von Alkohol und beachten Sie, dass die Wirkung einiger Gerinnungshemmer durch bestimmte Lebensmittel verstärkt oder geschwächt werden kann.



Vermeiden Sie risikoreiche Sportarten und tragen Sie passende Schutzausrüstung bei der Arbeit, Gartenarbeit und Ausübung von Hobbys.



Vermeiden Sie neue Tätowierungen, Piercings oder unprofessionelle Maniküre, da sie kleine Schnitte verursachen und das Blutungsrisiko erhöhen können.



Achten Sie auf Anzeichen ungewöhnlicher Blutungen oder Blutergüsse.

Wenden Sie sich an Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder die Apotheke, wenn Sie Fragen haben.



Warum ist es wichtig, Ihre blutverdünnenden Medikamente regelmässig anzuwenden?

Es ist normal, dass Sie sich Sorgen um Blutungen machen. In den meisten Fällen ist **der Nutzen durch die Vorbeugung eines Schlaganfalls oder Gerinnsels jedoch grösser** als das Blutungsrisiko.

Gerinnungshemmer können Ihr Schlaganfallrisiko um

↓64 % senken.

Bei Menschen mit Vorhofflimmern senken Gerinnungshemmer das Schlaganfallrisiko um fast zwei Drittel und das Sterberisiko um mehr als einen Viertel.

Erfahrungsgemäss überwiegt der Nutzen die Risiken, selbst bei älteren Erwachsenen und Personen mit höherem Blutungsrisiko.

Selbst wenn Sie ein hohes Blutungsrisiko haben, kann die richtige Anwendung eines Gerinnungshemmers Ihr Schlaganfallrisiko um etwa die Hälfte verringern.

Die konsequente Einnahme Ihres Gerinnungshemmers, wie von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt verschrieben, kann Sie langfristig schützen.

Wenn Sie bereits ein Blutgerinnsel hatten, kann die Fortsetzung der Behandlung um mindestens ein Jahr Ihr Risiko für ein weiteres Gerinnsel um mehr als zwei Drittel senken.



Nehmen Sie Ihre blutverdünnenden Medikamente regelmässig, wie verordnet, ein. Dies hilft, schwere Blutgerinnsel und Schlaganfälle zu verhindern, selbst wenn Sie ein höheres Blutungsrisiko haben.

Häufige Fragen zu Gerinnungshemmern

1

Was muss ich tun, wenn eine Operation oder Zahnbehandlung ansteht?

Sprechen Sie vorher immer mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt oder Ihrer Zahnärztin/Ihrem Zahnarzt. Eventuell müssen Sie den Gerinnungshemmer vor dem Eingriff absetzen und danach wieder mit der Einnahme beginnen. Dies erfolgt allerdings nur **unter ärztlicher Anleitung.**

3

Kann ich Schmerzmittel einnehmen, während ich Gerinnungshemmer nehme?

Vermeiden Sie die Einnahme von Schmerzmitteln wie Ibuprofen, Diclofenac, Naproxen und Ketoprofen, ausser Ihre Ärztin oder Ihr Arzt haben Ihnen gesagt, dass dies in Ordnung ist. Paracetamol wird zwar häufig empfohlen, **fragen Sie aber immer zuerst in Ihrer Apotheke nach.**

2

Was muss ich tun, wenn ich mich verletze oder eine Blutung habe?

Üben Sie bei kleineren Schnitten Druck auf die Wunde aus, bis die Blutung aufhört. Wenn die Blutung stark ist, nicht aufhört oder Sie eine Kopfverletzung haben, **suchen Sie sofort medizinische Hilfe auf.**

4

Wie gehe ich vor, wenn ich eine Dosis vergesse?

Nehmen Sie die vergessene Dosis ein, sobald Sie daran denken, ausser es ist schon fast Zeit für Ihre nächste Dosis. Nehmen Sie nicht die doppelte Dosis ein. Lesen Sie die Hinweise in der Packungsbeilage. Wenn Sie sich unsicher sind, **fragen Sie bei Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt oder in der Apotheke nach.**



Haben Sie weitere Fragen?

Wenn Sie sich unsicher sind, beispielsweise in Bezug auf Nebenwirkungen, verpasste Dosen oder die Wirkung Ihres Medikaments, sprechen Sie mit Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt, dem Pflegepersonal oder der Apotheke. Sie unterstützen Sie gerne und helfen Ihnen sich sicher zu fühlen.

Warum Unterstützung beim Umgang mit Ihrer Gesundheit wichtig ist

Sie sind nicht allein und müssen das Ganze nicht allein bewältigen.

Die Einnahme eines Gerinnungshemmers kann manchmal überfordernd sein, aber Menschen an Ihrer Seite – ob Familie, Freunde oder andere Menschen in ähnlicher Situation – können einen grossen Unterschied machen:



Beziehen Sie Ihre Angehörigen ein

Zeigen Sie diese Broschüre einem Verwandten. Gemeinsam können Sie darüber sprechen, was wichtig ist, Fragen stellen und sich gegenseitig unterstützen.



Sie können Ihnen helfen, auf Kurs zu bleiben

Egal, ob sie Sie daran erinnern, Ihr Medikament einzunehmen, bei Kontrolluntersuchungen begleiten oder einfach nur da sind: Unterstützung von anderen kann Ihnen helfen, Ihren Behandlungsplan einzuhalten.



Tauschen Sie sich mit anderen Menschen in der gleichen Situation aus

Wenn Sie einer Selbsthilfegruppe beitreten oder mit jemandem sprechen, der ebenfalls Gerinnungshemmer nimmt, können Sie Selbstvertrauen und Trost erhalten und selbst nützliche Tipps geben.

Selbst **kleine Dinge** können Ihnen helfen, bei Ihrer Behandlung auf Kurs zu bleiben und sich **jeden Tag sicher zu fühlen**.



Zögern Sie nicht, Unterstützung anzunehmen.

Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt, dem Pflegepersonal, Ihrer Selbsthilfegruppe oder Ihrer Apotheke über Ihre Bedenken oder Zweifel.





Nicht vergessen:



Sie sind nicht allein und müssen das Ganze nicht allein bewältigen.



Gerinnungshemmer schützen Sie vor zukünftigen schwerwiegenden Komplikationen.



Nehmen Sie Ihr Medikament genau wie verordnet und jeden Tag zur gleichen Zeit ein.



Gerinnungshemmer helfen dabei, schädliche Gerinnsel zu verhindern, können jedoch zu einer längeren Blutungsdauer führen.



Informieren Sie immer Ihre Ärztin/Ihren Arzt oder Ihre Zahnärztin/Ihren Zahnarzt, bevor Sie sich einer Operation oder Zahnbehandlung unterziehen.



Wenn Sie ungewöhnliche Blutungen oder Blutergüsse bemerken, wenden Sie sich umgehend an Ihre Ärztin oder Ihren Arzt.

Notizen



Sandoz Pharmaceuticals AG
Suurstoffi 14, Postfach
6343 Rotkreuz
www.sandoz-pharmaceuticals.ch

SANDOZ

In der Schweiz seit 1886.



Ihre Gesundheit. Unsere Geschichte.