






















ANTIKOAGULATION „Blutverdünnung“

1. Ziel der Behandlung

- Verhinderung von Thrombosen (Gerinnsel) im Herzen selbst und in den Blutgefässen. Damit ist auch die Gefahr von Embolien verringert.
- Offenhalten von bereits eingeeengten oder operierten Gefässen.
- Die Antikoagulation (= Blutverdünnung) muss mittels regelmässigen Blutentnahmen (INR/Quick) überprüft werden.

2. Medikamente: Marcoumar® oder Sintrom®

- Marcoumar® oder Sintrom® hemmen den Aufbau von gerinnungsfördernden Substanzen in der Leber.
- Andererseits regt Vitamin K die Leber zur Bildung solcher Stoffe an. Deshalb
- **Wichtig! Vitamin K und Ernährung !!**
Wenn viel Vitamin K gegessen wird schwächt das die Blutverdünnung. Es schwächt die Medikamentenwirkung ab! Den Gehalt an Vitamin K in den wichtigsten Lebensmitteln sehen sie hier: Vermeiden Sie den Konsum der Nahrungsmittel mit der Kennzeichnung: >> 

Gemüse, Früchte	Vitamin-K.Gehalt in mg pro 100 Gramm Nahrungsmittel	
 !!	Sauerkraut	1.54
 !!	Rosenkohl	0.60
 !!	Spinat	0.40
 ☺	Blumenkohl, Rotkraut	0.30
 ☺	Kopfsalat, Kohl	0.20
 ☺	Sojabohnen	0.20
 ☺	Broccoli	0.13
 ☺	Karotten	0.08
 ☺	Kartoffeln	0.05
 ☺	Erbsen, Spargel	0.04
 ☺	Bohnen, Pilze	0.02
 ☺	Erdbeeren	0.01
Fisch		
 ☺	Fisch	0.10
Fleisch		
 !!	Hühnerleber	0.60
 ☺	Brathuhn, Rindsleber	0.30
 ☺	Schweine-/Rindfleisch	0.20
 ☺	Kalbsleber	0.15
 ☺	Schweineleber	0.03
Diverses		
 ☺	Sonnenblumenöl	0.50
 ☺	Hühnerei, Mais	0.05
 ☺	Kuhmilch	0.004

Quelle: Patientenratgeber „Mit Gerinnungshemmern leben“, Hoffmann La Roche AG, Grenzach-Wyhlen

3. Nebenwirkungen

- Verlängerte und verstärkte Blutung bei Verletzungen.
- Bei häufigem Nasen- und Zahnfleischbluten Arzt informieren, damit der INR/Quick ev. früher bestimmt werden kann.
- Alarmzeichen für einen zu hohen INR-, bzw. zu tiefen Quickwert sind Blutbeimengungen im Urin, Stuhl, Erbrochenem oder spontane Hautblutungen. > Arzt kontaktieren!

4. Verträglichkeit mit anderen Medikamenten


- Viele Medikamente verstärken oder schwächen die Wirkung der Antikoagulation.
- Ohne Wissen und Einverständnis des Arztes sollen deshalb zusätzliche Medikamente weder eingenommen noch plötzlich abgesetzt werden!

5. Regelmässige Einnahme und Kontrolle

- Tabletten täglich zur gleichen Zeit genau nach Vorschrift einnehmen, im Kontrollheft zur Übersicht abstreichen. Ausnahmsweise kann eine vergessene Dosis bis 12 Stunden später nachgeholt werden, sonst Arzt fragen.
- Die Laborkontrolle der Blutgerinnung (INR/Quick) wird umso seltener notwendig sein, je zuverlässiger die Anweisungen eingehalten werden.

6. Allgemeine Lebensweise, Verhalten bei Krankheit und Zwischenfällen

- Alkoholexzesse machen die Antikoagulation gefährlich (Leberschaden, Verletzungsgefahr).
- Abrupte Kostwechsel, wie Fastenkuren durch Obst- und Gemüsetage, sowie Störungen der Nahrungs- und Tabletteneinnahme durch Erbrechen, Durchfall oder Gallenkoliken können den INR-/Quickwert zum Entgleisen bringen. Eine ärztliche Kontrolle ist angezeigt.
- Kontrollkarte immer mitführen, am besten zusammen mit den übrigen Ausweisen (Fahrausweis, etc.)!
- Behandelnde Ärzte und Zahnärzte unaufgefordert auf die Antikoagulation hinweisen.

 Alle antikoagulierten Patienten benötigen eine Blutgruppenkarte!



Dr. med. Lukas Weber



Dr. med. Arno Roy