



## Gefäßerkrankungen

# Thrombose – Lungenembolie

Mit dem Begriff der Thrombose bezeichnet der Arzt die Bildung eines kleinen Blutgerinnsels (Thrombus). Solche Verklumpungen der Blutplättchen (Thrombozyten) können sich zum Beispiel in den Herzkranzgefäßen bilden und einen Herzinfarkt verursachen oder in den Gehirnarterien und zum Schlaganfall führen. Meistens bezeichnet man aber mit Thrombose einen Blutpfropf im venösen Gefäßsystem. Sehr oft sind die zentralen Beinvenen betroffen und man redet von einer tiefen Beinvenenthrombose. Die Störung ist nicht ungefährlich, da sich der Blutpfropf lösen und mit dem Blutstrom in die Lunge gelangen kann. Es kann so zur Lungenembolie und somit zu einer lebensbedrohlichen Erkrankung kommen.

### Thrombose – Folge einer gestörten Blutgerinnung

Oft spielen Erbanlagen eine Rolle. Gefördert wird die Blutgerinnung außerdem durch Verletzungen der Gefäßwand durch eine Operation oder einen Unfall. Darüber hinaus gibt es Risikofaktoren, die durch unseren modernen Lebensstil bedingt sind: Langes Sitzen oder Stehen behindert den Blutfluss und fördert so das Verklumpen der Blutplättchen und die Pfropfbildung. Medikamente wie die Anti-Baby-Pille können die Blutgerinnung genauso begünstigen wie auch Rauchen oder Übergewicht.

### Wie macht sich eine Venenthrombose bemerkbar?

Wird eine Vene im Beinbereich durch ein Blutgerinnsel verschlossen, so spürt man das meist durch einen plötzlichen Schmerz in der Wade beim Aufstehen. Typisch für eine Venenthrombose sind anhaltende Schmerzen im Bein, eine Schwellung des Beines und eine bläuliche Verfärbung. Die Symptome sind ernst zu nehmen und man sollte unverzüglich den Arzt aufsuchen. Die drei Symptome – Schmerz, Schwellung und Verfärbung – müssen nicht gemeinsam auftreten!

### Wer ist besonders gefährdet?

- Personen aus Familien, in denen häufiger Thrombosen aufgetreten sind
- Wer bereits eine Thrombose hatte
- Menschen im höheren Lebensalter
- Krebspatienten
- Schwangere

### Wie lässt sich der Thrombose vorbeugen?

Durch einen Abbau der Risikofaktoren kann jeder sein Thromboserisiko senken. Die wichtigsten Maßnahmen:

- Regelmäßige Bewegung, um den Blutfluss in den Beinen optimal in Gang zu halten.
- Bei langen Autofahrten häufig Pausen einlegen und sich die Beine vertreten.
- Bei Fernreisen im Flugzeug möglichst oft aufstehen und die Blutzirkulation durch gymnastische Übungen der Beine und Füße in Gang halten.
- Bei längeren Reisen viel trinken, um das Blut flüssig zu halten, dabei aber unbedingt Alkohol meiden, da Alkohol entwässernd wirkt.
- Kompressionsstrümpfe tragen, wenn die Bewegungsfähigkeit eingeschränkt ist. Sie unterstützen die Venen durch Druck von außen und erleichtern so den Blutrückfluss zum Herzen.
- Auf das Rauchen verzichten.
- Übergewicht vermeiden.
- Eine andere Form der Schwangerschaftsverhütung als die Pille wählen, wenn ein erhöhtes Thromboserisiko bekannt ist.

Besteht eine besondere Thrombosegefährdung, lässt sich in Situationen mit weiter erhöhtem Risiko – zum Beispiel, wenn infolge einer Operation eine längere Bettlägerigkeit droht – durch gerinnungshemmende Medikamente der Thrombusbildung entgegenwirken.

### Links:

- [www.phlebology.de](http://www.phlebology.de),
- Deutsche Gesellschaft für Angiologie, [www.dga-online.org](http://www.dga-online.org)
- Robert Koch-Institut, Erkrankungen von A - Z, Venenerkrankungen der Beine, Gesundheitsberichterstattung des Bundes, [www.rki.de](http://www.rki.de)

Eine Information von Medical Tribune, Wiesbaden, 2011



### Für Hinweise von Arzt und Praxisteam