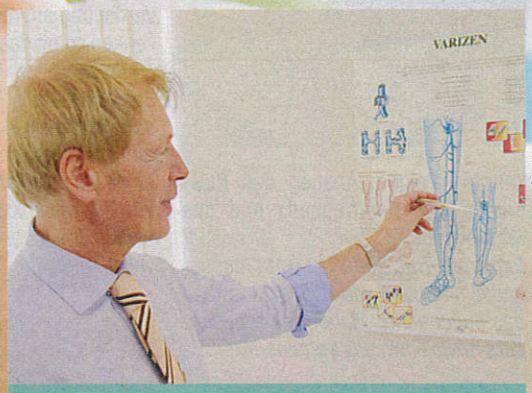

Fotos: Prof. (MD) Dr. Dr. med. Stefan Hillejan

Experten-Rat

„Risikofaktoren wie Übergewicht, Krampfadern, fortgeschrittenes Alter, Antibabypille und Rauchen, können die Bildung eines Blutgerinnsels begünstigen", warnt Prof. Dr. Stefan Hillejan, Phlebologe und Proktologe von der Praxisklinik für Venen- und Enddarmerkrankungen in Hannover.

Thrombosen

Gefährliche Blutgerinnsel

Bei diesen Vorboten raten Mediziner zur raschen Vorsorge

Rund 100 000 Menschen sterben jährlich an den Folgen einer Thrombose. Hierbei bildet sich meist in einer Vene ein Blutgerinnsel – auch als Thrombus bezeichnet –, das die Blutbahn an einer Stelle verengt oder ganz verschließt. Häufig entsteht es, wenn bereits Krampfadern vorliegen oder die Beine zeitweise ruhiggestellt sind.

„Frühzeitig entdeckt, lassen sich Gerinnsel durch eine gezielte Therapie auflösen und das Risiko einer Lungenembolie so erheblich verringern", erläutert Prof. Dr. Stefan Hillejan, Phlebologe und Proktologe der Praxisklinik für Venen- und Enddarmerkrankungen in Hannover. Nur die wenigsten kennen die Risikofaktoren. Er erklärt, wann Betroffene aufhorchen und vorsorglich einen Phlebologen besuchen sollten.

1. Verspannt und schwer

Zu Beginn einer Thrombose treten meistens Spannungsschmerzen ähnlich einem Muskelkater sowie ein Schweregefühl in den Beinen auf, die sich bei Hochlagerung der Beine oft bessern. Ein Gang zum Venenspezialisten gibt Aufschluss über ein möglicherweise vorliegendes Gerinnsel.

2. Warme Schwellung

Als weiteres Anzeichen für einen gestörten Blutfluss gelten geschwollene Beine. Prof. Hillejan erklärt: „Aufgrund von erweiterten oder durch Thromben verengten Venen staut sich das Blut an einer Stelle im Gefäß und verhindert den Rückfluss zum Herzen." Auch hier gilt es, die Beschwerden von einem Facharzt abklären zu lassen.

3. Venen auf Abwegen

Im fortgeschrittenen Stadium einer Venenerkrankung treten Blutgefäße an den Beinen blau hervor und die Unterschenkel fühlen sich sehr warm an. Bringt zusätzlich eine liegende Position Linderung, sprechen die Symptome für ein Venenleiden und ein erhöhtes Thromboserisiko und gehören in ärztliche Hand.

4. Gefährliche Bettruhe

Steht ein medizinischer Eingriff bevor, der eine nachfolgende Bettruhe von mehreren Tagen oder gar Wochen vorsieht, steigt das Thromboserisiko ebenfalls deutlich an. Häufige Folge: Die Ruhigstellung der Beinmuskulatur – die beim Gehen wie eine natürliche Pumpe und Hilfe für die Gefäße wirkt – belastet das Venensystem stark und fördert eine Gerinnselbildung. Aus diesem Grund kommen hiernach meistens Kompressionsstrümpfe und blutverdünnende Medikamente zum Einsatz.

Auf längeren Flug- oder Bahnreisen sollte man sich bequem kleiden und sich häufig im Gang bewegen

5. Feindlicher Reisebegleiter

Auf Reisen fördern bewegungsarme Situationen auf Langstreckenflügen zum Beispiel oder im Bus die Bildung von gefährlichen Blutgerinnseln. Hinzu kommt die oftmals eingeengte Sitzposition. „Befinden sich die Beine stark angewinkelt, klemmen sie die Gefäße ein und stören so einen reibungslosen Blutfluss", warnt Prof. Hillejan. Neben bequemer Kleidung helfen dann ein paar Schritte im Gang oder das Tragen von Kompressionsstrümpfen. Liegen bereits eine bekannte Bindegewebsschwäche oder Krampfadern vor, empfiehlt sich in einigen Fällen sogar die Gabe einer Heparin-Spritze, um einer Thrombose bestmöglich vorzubeugen.

Darüber hinaus gelten insbesondere ältere Menschen, Übergewichtige, Schwangere, Frauen, die die Antibabypille einnehmen, Raucher sowie Personen mit einer Herz- oder Zuckerkrankheit als besonders gefährdet und sollten daher sehr genau auf erste Alarmsignale achten.

Mehr Infos zum Thema finden Sie unter: *www.praxisklinik.com*