

Weitere Informationen finden  
Sie unter:  
[www.thrombosis.ie](http://www.thrombosis.ie)


# BLUTGERINNSEL HINWEISKARTE

## WAS IST EIN BLUTGERINNSEL?

Es ist die Entstehung eines Gerinnsels in einem Blutgefäß, meistens im Bein, das sich lösen kann und in die Lungen gelangt. Dies kann tödliche Auswirkungen haben.

**60%** der Gerinnsel entstehen im  
**KRANKENHAUS** oder  
**90 TAGE** nach der Einweisung.



 Blutgerinnsel können sehr folgenreich sein - aber es gibt wirksame Wege, um sie zu behandeln und ihnen vorzubeugen.

## ANZEICHEN UND SYMPTOME EINES BLUTGERINNSELS

- Anschwellung oder Schmerzen in einem Bein oder einem Arm
- Erwärmung oder Rötung des Beins oder Arms
- Atemnot oder Hechelatmung
- Brustschmerzen (vor allem beim tiefen Einatmen)
- Husten oder Bluthusten

**Falls Sie eines oder mehrere dieser Symptome wahrnehmen, haben Sie vielleicht ein Gerinnsel und benötigen dringend Behandlung**

# BLUTGERINNSEL HINWEISKARTE

## WAS KANN ICH MACHEN, UM MIR SELBST ZU HELFEN?

- Lassen Sie Ihr Blutgerinnselrisiko feststellen, insbesondere, falls Sie einer der nebenstehenden Risikogruppen angehören.
- Laufen Sie und bewegen Sie sich so viel wie möglich
- Trinken Sie viele Flüssigkeiten
- Wenn Ihnen Strümpfe oder Medikamente zur Vorbeugung oder Behandlung eines Blutgerinnsels verschrieben wurden leisten Sie den Anweisungen genau folge
- Bitte bedenken Sie, dass ein Blutgerinnsel in den Venen am wahrscheinlichsten bis zu 90 Tage nach dem Krankenhausaufenthalt auftreten.
- Falls Sie Zeichen oder Symptome eines Gerinnsels aufweisen, suchen Sie **umgehend** einen Arzt auf



## BIN ich gefährdet?

### SIE HABEN EIN ERHÖHTES RISIKO, WENN SIE:

- in ein Krankenhaus eingewiesen wurden und bis zu 90 Tage nach der Entlassung
- an Krebs leiden oder sich in Krebsbehandlung befinden
- schwanger sind oder vor weniger als 6 Wochen ein Kind bekommen haben
- unbeweglich werden (mehr als 3 Tage im Bett /ununterbrochenes Reisen für mehr als 6 Stunden/ein Gips am Bein)

### DAS RISIKO ERHÖHT SICH WEITER, WENN:

- Sie oder ein naher Verwandter ein Blutgerinnsel hatten
- Sie in den letzten 90 Tagen operiert wurden
- Sie unter Thrombophilie (Tendenz zur erhöhten Blutgerinnung) leiden
- Sie orales Verhütungsmittel oder Hormonersatzpräparate nehmen
- Sie unter einer Herz-, Lungen-, oder Entzündungskrankheit leiden
- Sie älter als 60 Jahre oder übergewichtig sind
- Sie Krampfadern haben, die rot und schmerzhaft werden