BLUTGERINNSEL HINWEISKARTE

WAS IST EIN BLUTGERINNSEL?

Es ist die Entstehung eines Gerinnsels in einem Blutgefäß, meistens im Bein, das sich loslösen 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

BIN ich gefährdet?

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

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