

Presseinformation

6. August 2009

Tipps zur Vorbeugung gegen Reisthrombose

Landeskrankenhaus Weinviertel Hollabrunn bietet Aufklärung

Während der Ferienzeit ist man am Landeskrankenhaus Weinviertel Hollabrunn u. a. bemüht, die UrlauberInnen über Reisthrombosen aufzuklären und wertvolle Tipps zur Vorbeugung zu geben. Die individuell geeignete Thrombosevorbeugung sollte man vor Reiseantritt mit einem Arzt besprechen.

Besonders bei Menschen, die an Venenerkrankungen leiden, besteht ein erhöhtes Risiko, eine Reisthrombose zu bekommen. Bei der so genannten Reisthrombose handelt es sich um eine Sitzthrombose. Durch langes bewegungsloses Sitzen und Flüssigkeitsmangel können gefährliche Gerinnsel entstehen. Bei einer Reise, die länger als vier Stunden dauert, sollte darum besonders darauf geachtet werden, dass man - wenn möglich - öfter aufsteht, um sich die Beine zu vertreten. Zusätzliche Bewegungsübungen mit den Beinen unterstützen die Venen beim Rücktransport des Blutes zum Herzen. Auch Stützstrümpfe sind hilfreich, da sie Thrombosen effektiv vorbeugen. Besonders während der Reise sollte auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden. Kaffee und Alkohol sind hingegen zu vermeiden, da beides entwässernd wirkt.

Besonders für ältere Menschen ist es sinnvoll, zur Thrombosevorbeugung zusätzlich eine Spritze mit dem Gerinnungshemmer „Heparin“ verabreicht zu bekommen. Bei jungen Menschen in guter körperlicher Verfassung, bei denen die Risikofaktoren Rauchen, Krampfadern, Venenschwäche oder starkes Übergewicht nicht vorhanden sind, genügen in der Regel die genannten Übungen und Maßnahmen.

Das Medikament „Aspirin“ wiederum ist als Vorbeugung gegen Thrombose nicht ausreichend. Der darin enthaltene Wirkstoff verbessert die Fließeigenschaften der Blutkörperchen in den Arterien, die Reisthrombose entsteht allerdings in den Beinvenen durch die Aktivierung von Gerinnungsfaktoren und durch Absetzen von Blutbestandteilen in den unbewegten Venenblutsäulen.

Nähere Informationen: Landeskrankenhaus Weinviertel Hollabrunn, Telefon 02958/227 50.



Presseinformation