

Thrombose: Vorbeugung ist A und O

 puls-gesundheitsmagazin.de/thrombose-vorbeugung-ist-a-und-o



Modern



Dr. Heitham Abu Nasir setzt in seiner Praxis für Gefäßmedizin und Venenchirurgie modernste Ultraschalltechnik ein.

Sie bewegt sich meist von unten nach oben. Von den Unterschenkeln über die Oberschenkel bis ins Becken, von dort Richtung Herz und Lunge. Bleibt sie unentdeckt, kann sie zu einer Lungenembolie führen, sprich: lebensbedrohlich werden. Die Rede ist von der Thrombose. Dr. Heitham Abu Nasir hat sich in seiner Solinger Facharztpraxis für Gefäßmedizin und Venenchirurgie auch auf die Vorbeugung spezialisiert, denn er weiß: „Man kann das Risikoprofil eines Menschen für eine Thrombose schon im Vorfeld bestimmen.“

Maßgeblich dafür ist die Blutgerinnung, die wiederum auf mehreren Säulen fußt, wie der Beschaffenheit der Blutplättchen und der Gerinnungsfaktoren. Schon kleinste angeborene Mutationen können gravierende Auswirkungen haben, weshalb Abu Nasir empfiehlt, in der eigenen Familie nach Thrombosefällen zu fragen. Denn das Risiko dafür ist vererbbar. Mittels Blutuntersuchung und Ultraschall stellt der Facharzt fest, ob ein Risiko für eine Thrombose besteht, und er kann auch erkennen, ob eine solche bereits – womöglich unbemerkt – aufgetreten ist. Er nutzt für die dynamische Venenmessung modernste Technik, die so genannte Duplexsonographie.

„Thrombosen hinterlassen Spuren. Wenn sich ein Thrombus, sprich ein Blutgerinnsel, gebildet und dann wieder gelöst hat, hinterlässt dieses an den Venenwänden

Ablagerungen, die auch viel später noch sichtbar sind“, erklärt der Mediziner. Aufgrund dieser Spuren, ihrer Häufigkeit und Verortung im Körper kann er Rückschlüsse auf das Thromboserisiko schließen und die Patienten für die Zukunft medikamentös einstellen. Selbst wenn die Untersuchung ohne Befund bleibt, eine Patientin aber von Thrombosefällen in der Familie erzählt, überweist Dr. Abu Nasir sie sicherheitshalber für eine umfassende Blutuntersuchung an einen Hämatologen.

„Ein regelmäßiges Verklumpen des Blutes ist normal und notwendig. Idealerweise herrscht ein Gleichgewicht zwischen gerinnungsfördernden und gerinnungsverhindernden Maßnahmen im Körper.“

Dr. Heitham Abu Nasir

Wer sich in den Finger schneidet, ist froh, wenn das Blut an der Wunde schnell verklumpt. Wer zehn Stunden im Flugzeug sitzt, ist froh, wenn es in den Beinen störungsfrei fließt.

Dafür, dass dieses Wechselspiel gut funktioniert, kann der Mensch bei aller genetischen Vorprägung selbst einiges tun. Wer lange sitzt, sei es im Flugzeug oder in der Bahn, wer lange steht, sei es im Einzelhandel, an der Maschine oder im Operationssaal, tut gut daran, prophylaktisch Stütz- oder sogar Kompressionsstümpfe zu tragen. Diese wirken so auf die Unter- und Oberschenkel ein, dass die Venenklappen aktiviert werden, das Blut nach oben zu transportieren – und somit der Thrombose dort vorzubeugen, wo sie üblicherweise entsteht: in den Beinen. Beginnen kann sie aber auch in den Organvenen oder direkt in der Lunge, was im Hinblick auf eine Lungenembolie besonders gefährlich ist.

Obgleich Faktoren wie Lebensalter, Übergewicht, Rauchen, mangelnde Bewegung und Ernährung eine Thrombose begünstigen können, kann sie bei auch kerngesunden jüngeren Menschen auftreten. Deshalb sind für Dr. Heitham Abu Nasir in der Diagnostik auch Fragen wichtig wie: Gab es zuletzt generell Bewegungseinschränkungen? Sitzt oder steht der Patient im Alltag lange? Je nach Schwere, Verlauf und Folgen einer Thrombose müssen Medikamente wie Blutverdünner genommen werden, entweder über einen bestimmten Zeitraum oder – etwa nach einer Lungenembolie – ein Leben lang, weil bestimmte Gerinnungsfaktoren nicht mehr reparabel sind.

So oder so rät Dr. Abu Nasir seinen Patientinnen und Patienten, auch wenn die akute Thrombose erfolgreich behandelt wurde, zum dauerhaften Tragen von Kompressionsstrümpfen – nicht nur im Herbst und Winter, sondern insbesondere auch im Frühjahr und Sommer. Denn Hitze schränkt den Rücktransport in den Venen ein.

» auf den punkt

· Eine Wechselwirkung zwischen Verklumpen und Fließen des Blutes ist normal. Ist diese gestört, besteht die Gefahr einer Thrombose.

» imPULSE
