

GESUNDHEITS-TIPP

Blutgerinnung – ein komplexes System

Sobald Blutgefäße verletzt werden, kommt es zu Blutungen. Wie stark und wie lange es blutet, hängt vom Ausmaß der Verletzung ab. Das man sich zum Beispiel beim Kochen schneidet und es dann leicht blutet oder man sich irgendwo im Vorbeigehen einen kleinen Kratzer zuzieht, hat jeder schon einmal erlebt. Solche kleinen Verletzungen erscheinen unspektakulär, doch im Körper läuft eine ganze Reihe von Prozessen ab, damit die Blutgerinnung, die für das Stoppen jeder Blutung und das Verheilen einer Wunde entscheidend ist, funktioniert. Noch wichtiger ist die Blutgerinnung bei größeren Verletzungen oder im Falle von Operationen.

Dass Blut aus einer Wunde austritt, die Blutung schließlich wieder aufhört und die Wunde verschlossen wird, ist ein Prozess in mehreren Stufen. Ganz grob kann man sich diesen Prozess so vorstellen:

- Zusammenziehen der Blutgefäße
- Verklumpung/Zusammenballung von Blutplättchen
- Aktivierung verschiedener Gerinnungsfaktoren
- Bildung eines Fasernetzes aus dem Protein Fibrin, das die Wunde fest verschließt

Damit Blut gerinnt und eine Blutung stoppt, ziehen sich die verletzten Blutgefäße zusammen und es sammeln sich Blutplättchen an der Stelle, an der das Blutgefäß oder die Gefäße verletzt wurden. Diese ballen sich dort zusammen bzw. verklumpen. Anschließend werden mehrere sogenannte

Gerinnungsfaktoren im Körper aktiviert. Dabei handelt es sich um Eiweiße, die in der Leber gebildet werden. Die Blutgerinnung endet damit, dass sich in der Wunde ein festes Netz aus Fasern bildet, das diese verschließt und der Ausgangspunkt für die Bildung von neuem Gewebe und der vollständigen Wundheilung ist. Insgesamt handelt es sich bei der Blutgerinnung also nicht um ein einzelnes Ereignis, sondern um eine Abfolge vieler Schritte.

Durch die Blutgerinnung kann der Körper Wunden grundsätzlich selbst verschließen und heilen. Ausschlaggebend ist dafür die Größe der Verletzung – bei zu großen Verletzungen muss man die Blutung von außen stoppen. Aber auch bei kleinen Verletzungen kann es passieren, dass die Blutung wegen einer gestörten Blutgerinnung länger andauert. Tritt bei einer Verletzung eine ungewöhnlich lange Blutung auf, wird per Laboruntersuchung überprüft, ob eine solche Störung vorliegt.

Erkrankungen oder manche Medikamente können eine **Störung der Blutgerinnung** auslösen, in den meisten Fällen ist sie jedoch angeboren. Solche angeborenen Gerinnungsstörungen treten in verschiedenen Formen auf, zu den

häufigsten gehören Hä-mophilie A und B und das von-Willebrand-Syndrom. Sie äußern sich beispielsweise in der Form, dass bei den Betroffenen das Blut langsamer oder gar nicht gerinnt und es zu entsprechend starken Blutungen kommen kann. Auch spontane Blutungen, Einblutungen in Gelenken oder Muskelblutungen können auftreten. Heilbar sind diese Erkrankungen nicht, die Behandlungsmöglichkeiten werden jedoch je nach Erkrankung immer besser. Sinnvoll ist es, Personen aus dem engsten Umfeld darüber zu informieren und entsprechende Notfall-Medikamente immer griffbereit zu haben.

Einfluss auf die Blutgerinnung kann auch eine Erkrankung der Leber nehmen, da aus der Leber die Blutgerinnungsfaktoren stammen. Deswegen wird bei Betroffenen auch die Blutgerinnung untersucht.

Vor allem bei Operationen ist eine gestörte Blutgerinnung höchst gefährlich. Umgekehrt kann es durch eine Störung im komplexen System der Blutgerinnung auch zu einer übermäßigen Gerinnung kommen. Dann können Blutgefäße im Körper verstopfen, was je nachdem, wo diese Verschlüsse auftreten, gefährliche Folgen haben kann, beispielsweise einen Schlaganfall, einen Herzinfarkt oder eine Lungenembolie.

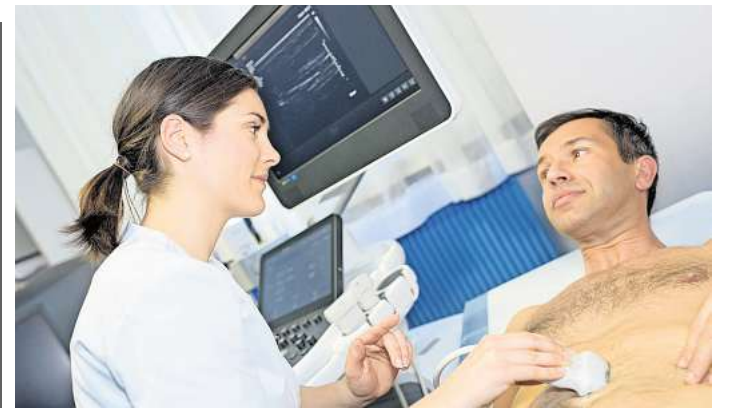
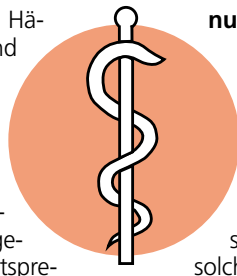
Auch hier ist die entsprechende Behandlung wichtig. Diese erfolgt in aller Regel durch **Gerin-**

nungshemmer, die unter ärztlicher Aufsicht angewendet werden, wie Warfarin. Diese Gerinnungshemmer wirken dadurch, dass sie praktisch die Gerinnungsfaktoren bremsen. Über die Einnahme solcher Gerinnungshemmer sollte man auch den Zahnarzt informieren, damit vor dem Ziehen eines Zahn überprüft werden kann, ob die Blutgerinnung dafür schnell genug stattfindet. Vor Operationen ist es wichtig zu besprechen, wann die Einnahme von Gerinnungshemmern unterbrochen werden muss, damit es nicht zu einer zu starken Blutung kommt.

Neben Medikamenten, die speziell zur Behandlung einer übermäßigen Blutgerinnung eingesetzt werden, gibt es auch andere Medikamente mit gerinnungshemmender Wirkung, zum Beispiel Aspirin. Diese Medikamente beeinflussen die Blutplättchen, sodass sie weniger leicht verkleben.

Während der Wundheilung oder unmittelbar vor oder nach Operationen sollten Medikamente mit einer solchen gerinnungshemmenden Wirkung nicht eingenommen werden, deswegen ist Aspirin als Schmerzmittel unter diesen Umständen tabu. Umgekehrt können solche Medikamente bei Menschen mit einer übermäßigen Blutgerinnung bereits helfen, diese zu vermindern und so das Risiko für lebensgefährliche Folgen senken.

Gesunde Grüße aus den Pinguin-Apotheken



Die Krebsvorsorge wird immer noch zu wenig genutzt – besonders bei den Männern. Foto: AOK/Colourbox

Positiver Trend: Mehr Menschen nutzen Krebsvorsorge

Immer mehr Menschen nutzen die Angebote zur Krebsfrüherkennung. Das zeigt eine aktuelle Auswertung der AOK Nord-West. Demnach ist die Teilnahmequote im vergangenen Jahr sowohl bei Männern als auch bei Frauen gestiegen. 21,8 Prozent der Männer über 45 Jahren nahmen 2024 eine Vorsorgeuntersuchung wahr, im Vorjahr waren es 21,1 Prozent. Bei den Frauen ab 20 Jahren erhöhte sich die Quote von 37,2 auf 38,5 Prozent.

„Das ist eine erfreuliche Entwicklung, dennoch liegt das Potenzial weit höher – vor allem bei den Männern“, betont AOK-Serviceleiter Reinhard Wunsch. Vorsorge sei sinnvoll investierte Zeit, da frühe Diagnosen Leben retten können.

es zudem, auf Warnsignale des Körpers zu achten und ärztliche Kontrollen nicht hinauszuschieben.

Um Ängste und Hemmschwellen abzubauen, informiert die AOK NordWest mit ihrem aktualisierten „Vorsorg-O-Mat“. Online können Interessierte prüfen, welche Untersuchungen in welchem Alter vorgesehen sind.

Untersuchungen im Überblick Männer ab 45 Jahren haben Anspruch auf jährliche Vorsorgeuntersuchungen, die Prostata, äußere Geschlechtsorgane und Lymphknoten einschließen.

Frauen ab 20 Jahren können sich jährlich untersuchen lassen, ab 30 ergänzt durch ein Brust- und Achselhöhlen-Abtasten. Ab 35 erfolgt der Abstrich vom Gebärmutterhals alle drei Jahre, verbunden mit einem HPV-Test.

„Krebsvorsorge darf nicht aufgeschoben werden“, appelliert Wunsch. „Früherkennung bedeutet Sicherheit – für die eigene Gesundheit und das Leben.“ **PM**



Joerg Ortmann, Inhaber der Pinguin-Apotheken, gibt Gesundheitstipps.

Gesundheit

ANZEIGE

+++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++

Deutsche Apothekenmarke setzt bei neuem Gel auf **Nobelpreis-Forschung**

Gestresste Füße? Spannungsgedühle oder Brennen und Kribbeln in den Extremitäten? Rissige und trockene Haut? Ein neues Pflege-Gel enthält einen speziellen Inhaltsstoff – basierend auf einer Nobelpreis-gekrönten Entdeckung! Es spendet Feuchtigkeit, beruhigt und sorgt für ein angenehm frisches Hautgefühl. Wir gehen der Sache auf den Grund: Wie kann moderne Forschung spürbar zum Wohlfühl beitragen?

Was wir fühlen, erleben und spüren – all das steuern unsere Nerven. Wichtig und oft unbekannt ist dabei die Rolle der Beine und Füße als „Frühwarnsystem“. Gerät im Nervensystem nämlich etwas aus dem Gleichgewicht, zeigt sich das oft zuerst in den Beinen oder Füßen – mit Kribbeln, Brennen oder einem unangenehmen Spannungsgefühl. Auch trockene, rissige Haut ist keine Seltenheit. Umso wichtiger ist eine Pflege, die kühlt, beruhigt und das Wohlbefinden spürbar unterstützen kann. Genau das ist der Fokus der Produktneueheit Restaxil Gel (Apotheke).

Inspiriert von Nobelpreis-Forschung

Trockene, rissige Haut an den Füßen kann die Hautbarriere

schwächen und Reizungen begünstigen. Modernste Wissenschaft zeigt: Es kommt auf feine Strukturen in unserer Haut an, die sogenannten Aquaporine – winzige Wasserkanäle in der Haut, die für den Feuchtigkeitstransport verantwortlich sind. Durch die gezielte Aktivierung dieser Kanäle wird die Haut intensiv mit Feuchtigkeit versorgt. Diese Entdeckung wurde sogar mit dem Nobelpreis ausgezeichnet. Mit dem Inhaltsstoff **Hydagen Aquaporin** baut das neue Restaxil Gel genau auf diesen wissenschaftlichen Erkenntnissen auf.

Kühleffekt, der nicht nur spürbar, sondern wohltuend ist

Gerade bei einem brennenden Gefühl an den Füßen wünscht man sich oft nur eines: einen schnellen Kühleffekt. Die in Restaxil Gel enthaltene Menthol-Formulierung **Koko ML Plus** setzt auf raffinierte Weise direkt an den Kälterezeptoren der Haut an und erzeugt so ein sanftes, erfrischendes Gefühl – eine willkommene Wohltat bei Kribbeln oder Brennen.

Mehr Leichtigkeit für schwere Beine

Wenn das Blut in den Beinen nicht mehr ungehindert fließt, können Spannungsgefühle oder



Schwellungen folgen: Rund 80% der Erwachsenen sind von einer gestörten Mikrozirkulation betroffen. Der 3-fach-Pflanzenextrakt **Legactif** vereint Goldrute, Mäusedorn und Zitrone in einem fein abgestimmten Komplex. Speziell entwickelt für müde, beanspruchte Beine, unterstützt Legactif die Mikrozirkulation und eignet sich auch, um Schwellungen zu reduzieren. Ergänzend unterstützt **Johanniskraut-Extrakt**, das in der Naturheilkunde traditionell bei nervenbedingten Beschwerden zum Einsatz kommt, mit

regenerierenden und beruhigenden Eigenschaften das natürliche Gleichgewicht der Haut.

Restaxil Gel – gezielte Pflege vom Nervenspezialisten

Alle diese Inhaltsstoffe – von modernen Feuchtigkeitsspendern bis zu bewährten Pflanzenextrakten – vereint das **Restaxil Gel** in einer angenehm kühlenden Formulierung. Entwickelt wurde es vom Nervenspezialisten – mit dem Ziel, gestresste Füße und Beine zu beruhigen und gleichzeitig die Haut zu pflegen. Das Gel ist dermatolo-

gisch getestet und gut verträglich. Es zieht schnell ein und klebt nicht. Die handliche Tube passt problemlos in die Handtasche – ideal für unterwegs. **Tipp:** Lagern Sie das Gel im Kühlschrank – so sorgt es für einen zusätzlichen Frischekick. Restaxil Gel ist jetzt in Ihrer Apotheke erhältlich.

Für Ihre Apotheke:
Restaxil Gel
(PZN 19649387)
www.restaxil.de

Jetzt neu Restaxil Gel!

Restaxil Gel