

# Patienteninformation

## Gerinnungshemmende Therapie mit Marcumar®

Seite 1

### Warum muss ich Marcumar® einnehmen?

Bei beschädigten Arterienwänden, bei Gefäßverengung durch Arteriosklerose (pAVK) aber auch bei gestörter Beweglichkeit der Herzwand (Vorhofflimmern) oder an künstlichen Herzklappen können sich Blutgerinnsel bilden. Diese Thromben können entweder direkt ein Gefäß verlegen und so eine akute Durchblutungsstörung auslösen, oder sie lösen sich ab, wandern mit dem Blutstrom und bewirken dann letztendlich fern vom Entstehungsort einen Gefäßverschluss aus, die sog. Embolie (Lungenembolie, Schlaganfall).

Der Wirkstoff Phenprocoumon (Marcumar®) beeinflusst als Gegenspieler von Vitamin-K die Produktion körpereigener Gerinnungsfaktoren und kann so das Blut in seiner Gerinnungsfähigkeit einschränken. Entsprechend können oben beschriebene Ereignisse unwahrscheinlicher gemacht werden.

### Wie soll ich die Tablette einnehmen?

Die Einnahme erfolgt nicht, wie von anderen Medikamenten gewohnt mittels einer festen Dosierung. Vielmehr muss zu Beginn die individuell notwendige Medikamentendosierung herausgefunden werden. Wichtig sind dabei regelmäßige Kontrollen der aktuellen Funktion der Blutgerinnung, da hier ein Mittelweg zwischen optimalem Schutz vor Blutgerinnseln und möglichst niedrigem Blutungsrisiko beschränkt werden muss. Zunächst wird die sog. „INR“, die uns den Gerinnungsstatus mitteilt häufiger gemessen und die Einnahmedosis jeweils korrigiert. Im Verlauf können dann bei stabilen Verhältnissen Kontrollzeiträume zwischen 4-6 Wochen gewählt werden.

Sie erhalten einen Marcumar®-Ausweis, in den ihre Medikamentendosierung von Montag bis Sonntag eingetragen wird und in dem Ihr Messwert (INR) eingetragen wird (dieser sollte bei den meisten Krankheiten zwischen 2 und 3 liegen).

### Ich habe Angst vor Komplikationen - was kann da alles passieren?

Da eine Hemmung der körpereigenen Blutgerinnung das erklärte Ziel der Therapie darstellt ist dies auch gleichzeitig deren größte Gefahr. Schwere Blutung treten lediglich in 0,3% der Fälle auf, deutlich häufigere Komplikationen sind Blut im Urin, Nasenbluten, Zahnfleischbluten, blaue Flecken bei Bagatellverletzungen oder Blutungen aus dem Magen-Darm-Trakt.

Bei Lebererkrankungen (z.B. Leberzirrhose) oder chronischem Alkoholmissbrauch ist die Blutungsgefahr deutlich gesteigert, hier sollte man die Therapie gänzlich in Frage stellen. Natürlich können durch Verletzungen, Stürze, etc. auch Blutungen von einfachen Blutergüssen bis hin zu Gelenkeinnblutungen, Organblutungen oder Hirnblutungen ausgelöst werden.

Eine seltene Nebenwirkung sind Hautnekrose, auch wurde eine Osteoporose als mögliche seltene Komplikation beobachtet.

**In Ihrem individuellen Fall ist aber das Risiko für ein thrombembolisches Ereignis (z.B. Schlaganfall, Lungenembolie) aber deutlich größer als das Blutungsrisiko.**

### Ich habe gehört, man müsse eine strenge Diät einhalten - stimmt das?

Nein, das stimmt nicht! Eine spezielle Ernährungsweise ist nicht notwendig, auf Vitamin-K-reiche Lebensmittel, wie Leber, Spinat, Brokkoli oder Kohlsorten muss in üblichen Mengen nicht verzichtet werden, da sie den INR-Wert nicht oder nur unwesentlich beeinflussen. Generell sollten einseitige Diäten vermieden werden.

Auch vor in der Laienpresse gewarnten Zimtprodukten müssen sie nicht zurückschrecken. In Zimt (besonders im Cassiazimt) ist Cumarin enthalten. Eine gerinnungshemmende Wirkung wird aber nur bestimmten (chemischen) Abkömmlingen des Cumarins zugeschrieben, Cumarin selbst beeinflusst die Blutgerinnung nicht!

### Welche frei verkäuflichen Medikamente können die Wirkung von Marcumar beeinflussen?

Unter Diclofenac (Voltaren®), Ibuprofen oder Acetylsalicylsäure (Apirin®), aber auch unter Mischpräparaten (Thomapyrin®) muss mit erhöhtem Blutungsrisiko gerechnet werden, besser ist hier Paracetamol einzusetzen.

Pflanzliche Präparate, wie Ginseng, Ginko oder Johanniskraut können die Wirkung über den Leberstoffwechsel beeinflussen. Fragen Sie uns lieber!

### Ich habe eine Tagesdosis vergessen - was soll ich tun?

Wenn Sie das innerhalb 12 Stunden nach geplanter Einnahme bemerken, nehmen sie die Dosis noch, danach lassen Sie sie bitte einfach ausfallen.

### Kann ich trotzdem geimpft werden?

Spritzen für Impfungen werden i.d.R. in Muskeln eingebracht. Dies kann bei Verwendung einer dünnen Nadel und etwas längerer Kompression nach der Spritze auch erfolgen. Die meisten (Tot-)Impfstoffe könnten aber auch einfach unter die Haut gespritzt werden und bergen so keine Gefahr für Sie (wirken aber oftmals etwas schlechter).

### Warnsymptome bei Überdosierung - hier sollten Sie uns dringend informieren:

- blutiger Urin
- Haut- und Schleimhauteinblutungen
- Blut im Stuhl oder teerscharer Stuhl
- plötzlicher Verwirrheitszustand
- plötzliche ausgeprägte Hautschwellung
- dunkles oder kaffeesatzartiges Erbrechen
- unstillbares Nasenbluten
- plötzliche heftige Kopfschmerzen („wie noch nie“)
- massive Nackenschmerzen mit Steifigkeit
- Sehstörungen

### Abschließend einige wichtige Verhaltensmaßnahmen für Sie:

- Lassen Sie sich (außer notwendigen Impfungen) keine Spritzen in einen Muskel oder in ein Gelenk geben – das Risiko von Blutungen ist meist nicht gerechtfertigt.
- Sagen Sie Ihrem Zahnarzt oder einem Operateur rechtzeitig Bescheid, dass Sie Marcumar® einnehmen. Viele Eingriffe können aber auch unter einer solchen Therapie vorgenommen werden.
- Setzen Sie niemals die Medikation selbständig ab, sprechen Sie auch bei Empfehlungen durch andere Ärzte, dies zu tun zunächst mit uns. Oftmals müssen überbrückend „Bauchspritzen“ (Heparin) als Ersatz gegeben werden.
- Halten Sie den Termin für die nächste INR-Kontrolle streng ein.
- Nehmen Sie die Marcumar®-Tabletten immer zur selben Tageszeit – möglichst am späten Nachmittag oder abends - ein. Wenn nach der INR-Kontrolle die Dosis verändert werden soll, kann man so noch am selben Tag reagieren.
- Bei vielen Medikamenten kann die Phenprocoumon-Wirkung abgeschwächt oder verstärkt werden. Weisen Sie jeden Arzt, der Ihnen ein Medikament verschreiben will, darauf hin, dass Sie gerinnungshemmende Mittel einnehmen.
- Sagen Sie dies auch dem Apotheker, wenn Sie ein rezeptfreies Arzneimittel kaufen wollen.
- Meiden Sie sturzgefährdende Risikosportarten, um schweren Komplikationen vorzubeugen (z.B. Alpin-ski, Fallschirmspringen, ...)
- Nehmen Sie keine Stärkungs-, Aufbau- oder Vitaminpräparate ein. In Deutschland gibt es praktisch keinen Vitaminmangel. Die entsprechenden Präparate können ebenfalls die Phenprocoumon-Wirkung beeinträchtigen.

*Ihr Praxisteam des Facharztzentrums Allgemeinmedizin*

#### Quellen:

Hua TD et al: Orale Antikoagulation in der Hausarztpraxis. Z Allg Med 2010; 86(10):382-389  
DEGAM-Leitlinie Kardiovaskuläre Prävention - Patienteninformation Gerinnungshemmung.