

## **Thrombosen ernst nehmen. Bewegung rettet Leben!**

**Experten zeigen sich beunruhigt über steigende Zahl von schweren Thrombose-Fällen**

**Thrombosen und Lungenembolien machen auch während der Corona-Pandemie keine Pause. Experten beobachten sogar eine Häufung schwerer Fälle der lebensbedrohlichen Thromboembolie bei Menschen, die nicht an Covid-19 erkrankt sind. Viele scheuen in der aktuellen Corona-Pandemie den Arztbesuch aus Angst vor einer Infektion, das kann gefährliche Folgen haben. Auch mangelnde Bewegung ist ein Risikofaktor für die Gesundheit und kann das Thromboserisiko erhöhen.**

### **Symptome ernst nehmen und ärztlichen Rat suchen**

Durch den öffentlichen Fokus auf die durch das neuartige Corona-Virus hervorgerufene Covid-19-Erkrankung scheinen andere lebensbedrohliche Krankheiten aus dem Blickfeld zu verschwinden. Diese Entwicklung hat fatale Folgen für viele Patientinnen und Patienten, etwa im Fall einer nichtbehandelten Thrombose. Prof. Rupert Bauersachs, wissenschaftlicher Leiter des Aktionsbündnis Thrombose, appelliert daher an die Patienten: „Achten Sie auf jedes neue Symptom, etwa Schwellungen oder Schmerzen im Bein. Sprechen Sie Ihren Hausarzt an und lassen Sie Ihr Thromboserisiko abklären.“ Hintergrund ist eine Häufung von schweren Fällen in letzter Zeit. „Wir beobachten eine deutlich geringere Zahl an Fällen, die von Hausärzten überwiesen werden. Stattdessen kommen deutlich mehr schwere Fälle zu uns in die Klinik, die stationär behandelt werden müssen und häufig Folgeschäden davontragen. Diese Fälle hätte man oft frühzeitig gut behandeln können.“

Der erste Ansprechpartner sollte immer die Hausärztin oder der Hausarzt sein. Nach einer kurzen Zeit mit vielen geschlossenen Praxen sind die meisten mittlerweile mit Schutzmaterial ausgerüstet und treffen strenge Vorsichtsmaßnahmen. Das Gleiche gilt für den Besuch von Fachärzten oder Ambulanzen, der nicht unnötig verschoben werden sollte.

### **Bewegung nicht vernachlässigen**

Auch mit den aktuellen Lockerungen bleibt der Grad der Bewegung vieler Menschen unter dem Niveau vor dem Lockdown. Arbeiten im Homeoffice macht den Weg zur Arbeit unnötig und auch die Wege in der eigenen Wohnung sind häufig deutlich kürzer als im Büro. Auch Menschen in Kurzarbeit oder Personen, die sich in ihrem normalen Tagesablauf viel bewegen, spüren diese Einschränkungen.

„Hinzu kommt natürlich der Bereich Sport. Ein ganz normales Training im Verein oder auch im Fitness-Studio wird noch einige Zeit so nicht möglich sein“, beschreibt Professor Bauersachs das Problem. „Gesunde Gefäße sind aber ein wichtiger Schutzfaktor gegen eine Thrombose. Einfaches Training hilft schon, die Venen so zu stärken, dass diese ihre Arbeit zuverlässig machen können.“

Das Aktionsbündnis Thrombose hat eine Übersicht mit einfachen Übungen wie der „Fußwippe“ oder „Zehenspitzen heben“ anschaulich aufbereitet und zum kostenlosen Download auf der Website [www.risiko-thrombose.de](http://www.risiko-thrombose.de) bereitgestellt.

#### **Pressekontakt**

#### **Infobüro Aktionsbündnis Thrombose**

Katarina Pyschik

c/o Deutsche Gesellschaft für Angiologie e.V.

Schiffbauerdamm 40 · 10117 Berlin

Telefon: 030/208 888-31 · Fax: 030/208 888-33

E-Mail: [info@risiko-thrombose.de](mailto:info@risiko-thrombose.de)

### Fakten zur Thrombose und Lungenembolie

Über 40.000 Menschen sterben in Deutschland an den Folgen einer Lungenembolie, das sind mehr Tote als durch Verkehrsunfälle, Brust- und Prostatakrebs und HIV zusammen. Häufigste Ursache dafür ist eine Thrombose. Diese kann Menschen jeden Alters treffen. Jährlich werden knapp über 370.000 Neuerkrankungen an Thrombose, Phlebitis und Thrombophlebitis registriert. Rund 50.000 Menschen erkranken pro Jahr an einer Lungenembolie.

### Das Aktionsbündnis Thrombose

Das Aktionsbündnis Thrombose ist ein Zusammenschluss von medizinischen Fachgesellschaften und einer Patientenvereinigung. Es initiiert eine Aufklärungskampagne, um auf die Risiken von Venenthrombose und Lungenembolie hinzuweisen. Sie soll das öffentliche Bewusstsein für Prävention, Diagnose und Therapie schärfen, damit weniger Menschen an den Folgen einer Thrombose sterben.

#### Pressekontakt

#### Infobüro Aktionsbündnis Thrombose

Katarina Pyschik  
c/o Deutsche Gesellschaft für Angiologie e. V.

Schiffbauerdamm 40 · 10117 Berlin  
Telefon: 030/208 888-31 · Fax: 030/208 888-33  
E-Mail: [info@risiko-thrombose.de](mailto:info@risiko-thrombose.de)