

Der Fall des Monats

## Reisethrombose - *economy class syndrome*

Das Problem Thrombose bzw. Reisethrombose stellt sich uns immer vor Antritt unseres wohlverdienten (Sommer-)Urlaubs. Mit dem neu-deutschen Begriff *Economy Class Syndrome* bezeichnen wir Thrombosen, die auf Reisen mit einer Dauer von deutlich mehr als vier Stunden mit dem Flugzeug, Reisebus oder PKW auftreten können. Denn wir sitzen längere Zeit in ungünstiger Position und haben nicht ausreichend Möglichkeiten, uns zu bewegen, da die Bestuhlung - gerade in Flugzeugen - sehr eng gewählt ist. Wie hoch oder niedrig das Risiko einer Reisethrombose tatsächlich ist, wie man diese erkennen und was vorbeugend unternommen werden kann, legt Frau Dr. med. Elisabeth Langer in dem Fall des Monats dar.



Dr. med. Elisabeth Langer

Generell ist die körperliche Untätigkeit ein Problem, das bei der Thromboseentstehung ausschlaggebend ist. Dazu kommt die Dauer der Inaktivität. Bei der Entstehung der Thrombose kommt es zu einer Gerinnselbildung, die beim *Economy Class Syndrome* häufig auf die Unterschenkelvenen beschränkt ist. Eine große Gefahr birgt die Ablösung eines Gerinnselteils, das über das Herz in die Lunge geschwemmt werden kann und dort eine Lungenembolie hervorrufen kann. Wenn auch die meisten Lungenembolien unbemerkt verlaufen, gibt es immer wieder auch dramatische Verläufe mit Todesfolge. Neben der körperlichen Untätigkeit führt der Flüssigkeitsentzug durch die trockene Luft im Flugzeug zu einer Austrocknung und Verdickung des zirkulierenden Blutes, was zusätzlich das Risiko zur Entstehung einer Thrombose erhöht. Ungeeignet zum Ausgleich des entstehenden Flüssigkeitsdefizits sind alkoholische Getränke, Kaffee und Tee.

Das Thromboserisiko bei Flugreisen ist abschließend noch nicht zu beurteilen. Es hängt maßgeblich vom Alter des Reisenden (je älter desto höher) und den Vorerkrankungen ab. Auch werden viele Thrombosen als solche nicht erkannt. Laut einer Untersuchung von Partsch aus dem Jahre 2000 treten Thrombosen nach Langzeitflügen in allen Altersgruppen in 0,0014 %, bei den über 40-jährigen in 0,004 % aller Fälle auf. Es scheint also keine sehr häufige Komplikation bei gesunden jungen Flugreisenden zu sein. Zusätzliche Risikofaktoren können z. B. vorangegangene Thrombosen, angeborene Gerinnungsstörungen, eine aktive Krebserkrankung, frisch operierte Patienten, rauchende Frauen mit „Pilleneinnahme“ oder starkes Übergewicht sein.

Eine Thrombose kann sich sehr unterschiedlich äußern, ein Leitsymptom ist sicherlich eine schmerzhaftes Schwellung des Beines.

Vorbeugen ist besser als behandeln, wobei wir bei den vorbeugenden Maßnahmen sind:

- Ausreichende, ausgeprägte Flüssigkeitsaufnahme (kein Alkohol, kein Kaffee, kein Tee),
- stündlich einmal aufstehen und im Flugzeug umhergehen, auch wenn es den Nachbarn im Flugzeug stört,
- zwischenzeitliche Betätigung der Wadenpumpe durch aktives Anziehen und Strecken der Füße,
- Beine nicht übereinander schlagen, da der Blutfluss dadurch zusätzlich beeinträchtigt wird.
- zusätzlich ist das Tragen von Kompressionskniestrümpfen bei mild erhöhtem Risiko zu empfehlen.

Insgesamt ist es für Risikopatienten vor einer langen Reise sinnvoll, eine ärztliche Beratung in Anspruch zu nehmen. Hierbei kann entschieden werden, ob zu den allgemeinen Maßnahmen und dem eventuellen Tragen von Kompressionsstrümpfen noch eine medikamentöse Therapie erforderlich ist, z. B. eine Heparinspritze.

Quelle: Dr. med. Elisabeth Langer, Capio Deutsche Klinik Hilden GmbH, Fachklinik für Venenerkrankungen, Hagelkreuzstr. 37, 40721 Hilden, E-Mail: Elisabeth.Langer@de.capio.com

## Wussten Sie schon ...

### ... den Unterschied zwischen Kompressions-, Thromboseprophylaxe- und Stützstrümpfen?

Leider werden Antithrombosestrümpfe und auch Stützstrümpfe immer wieder synonym mit medizinischen Kompressionsstrümpfen verwendet bzw. mit ihnen verwechselt. Dabei unterscheiden sich diese drei Produkte ganz erheblich in ihrer Wirkung und in ihren Einsatzgebieten:

**Medizinische Kompressionsstrümpfe** gelten als Basisbehandlung aller Erkrankungen des Venen- und Lymphgefäßsystems. Sie entfalten ihre volle Wirkung am Besten, wenn der Patient sich bewegt. Medizinische Kompressionsstrümpfe werden in einem standardisierten Verfahren in vier

verschiedenen Kompressionsklassen hergestellt, die sich durch den Druck in der Knöchelregion von einander unterscheiden. In Deutschland ist dieses Verfahren nach der deutschen RAL-Gütesicherung GZ 387/1 für medizinische Kompressionsstrümpfe standardisiert und qualitätskontrolliert.

**Thromboseprophylaxestrümpfe**, auch Antithrombosestrümpfe genannt, werden in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen bei bettlägerigen und frisch operierten Patienten zur Prophylaxe gegen Thrombose eingesetzt.

Diese aus Erkennungsgründen nur in weiß gestrickten Strümpfe sind für aufrecht gehende und sitzende Patienten wegen des niedrigen Drucks und der Strickweise nicht geeignet. Ihre Herstellung ist im Gegensatz zu den medizinischen Kompressionsstrümpfen deutlich weniger standardisiert, weshalb die unterschiedlichen Produkte der verschiedenen Hersteller stark von einander abweichen.

**Stützstrümpfe** eignen sich ausschließlich für Venengesunde zur Vorbeugung gegen schwere, müde Beine bei langem Stehen oder Sitzen und auch gegen Reisthrombose. Als Prophylaxemaßnahme werden diese Produkte nicht von den Krankenkassen bezahlt und können bei einer bestehenden Venenerkrankung einen Kompressionsstrumpf nicht ersetzen.

### Aktuelles aus der Gesundheitspolitik

- ✓ **Bsirske fordert Gewerbesteuer auch für Freiberufler:** Die Ausweitung der Gewerbesteuer auf Freiberufler und damit auch auf niedergelassene Ärzte fordert der Vorsitzende der Gewerkschaft Verdi, Frank Bsirske. Sie hätten teilweise höhere Einnahmen als mittelständische Unternehmen.
- ✓ **Rekordquote bei patentfreien Medikamenten:** Bei den verschreibungspflichtigen patentfreien Arzneimitteln hat die Generikaquote im Bereich der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) die Rekordhöhe von 82 % erreicht. Der Umsatz der patentfreien Erstanbieterprodukte sank hingegen um 11 %, der Absatz sank sogar um 12,1 %.

### Industrieticker

**SIGVARIS - diese Marke kommt aus der Schweiz.** Rund zwei Jahre nach Markteinführung startete der Hersteller und Spezialist für medizinische Kompressionsstrümpfe eine intensive Kampagne für sein jüngstes Produkt MAGIC. Begonnen hat dessen Erfolgsgeschichte mit der selbstbewussten und ansprechenden Präsentation durch SIGVARIS Mitarbeiterinnen in der Launch-Kampagne. Daran anknüpfend ist es heute die sympathische Karina Berger, Miss Switzerland 1988, die als Frau und Mutter, Event-Managerin und Model aktiv im Leben steht. Befragt danach, wie sich der Schönheitsbegriff heute verändert hat, sagt Karina Berger im Interview: „Die Mädchen sind heute schlanker. Wir waren vielleicht ein bisschen kräftiger, aber ich fand es eigentlich schöner.“ Mit dieser Meinung trägt Karina Berger das Produkt zur

Zielgruppe und bestätigt erneut, dass Schönheit immer im Auge des Betrachters liegt. Oft strahlen Persönlichkeiten auch und gerade wegen ihrer Offenheit, Natürlichkeit und Leichtigkeit und haben genau deswegen ihren gewinnenden Charme. Wie die von der Marke SIGVARIS seit jeher überzeugte Schweizerin Karina Berger. Die MAGIC Kampagne startete anlässlich der internationalen Fachhandelsmesse ORTHOPÄDIE + REHA-TECHNIK, die vom 12. bis 15. Mai 2010 in Leipzig stattfand. Mit der Wahl genau dieses Events für den Kick Off zeigt die international etablierte Firma hohe Wertschätzung gerade gegenüber ihren deutschen Fachhandelskunden. Der moderne feine medizinische Kompressionsstrumpf erobert immer mehr zufriedene Kundinnen. „Und damit dieser Trend so weitergeht, bekommt der Fachhandel die steti- ge Unterstützung, die er braucht. Und das auf

längere Sicht.“, erklärt Dr. Holger Gerecke, SIGVARIS Geschäftsführer in Deutschland. Ein Magazin mit hohem Unterhaltungswert, u. a. mit einem Interview mit der Marken- und Produktbotschafterin, richtet sich bevorzugt an Endverbraucherinnen und Patientinnen. An all diejenigen Frauen, die der notwendigen Unterstützung ihrer Beine mittels medizinischer Kompression bereits positiv gegenüber stehen sowie dahingehend motiviert werden können. Das MAGIC Magazin wird im Fachhandel überreicht oder dort zur kostenlosen Entnahme ausgelegt. Außerdem stehen eine attraktive Schaufenster- und Verkaufsraum-Dekoration sowie ein Thekendisplay zur Verfügung. Mehr Informationen finden Sie unter [www.sigvaris.de](http://www.sigvaris.de).

\*\*\*



Für eine spürbare Steigerung des Wohlbefindens und der Leistungsfähigkeit von Ausdauersportlern bietet **Ofa Bamberg** die **Gilofa Sport Energy Socks** an. Von Marathonläufern getestet und empfohlen

steicht der atmungsaktive Laufstrumpf mit Stützkraft durch seine Funktionalität und sportlichen Look hervor. Das Gewebe wird mit mehr Sauerstoff versorgt, die Muskulatur wird aktiviert und Bewegungsabläufe optimiert sowie Verletzungen werden vorgebeugt. Die extra weiche Sohle verhindert mit Hilfe von Spezialfasern unangenehme Blasenbildung und Druckstellen. Der integrierte Silberfaden bekämpft wirksam Gerüche und Bakterien - so bleibt der Fuß auch bei langen Strecken frisch! Gilofa Sport ist auch als Nordic Walking Socke erhältlich. Mehr Informationen erhalten Sie unter Telefon 0951/6047333, E-Mail [kundenservice@ofa.de](mailto:kundenservice@ofa.de) oder [www.ofa.de](http://www.ofa.de).

\*\*\*

**Neu: „Juzo® Dynamic Cotton Rib“ - das aktuelle Highlight der Juzo® Dynamic-Familie!** Der blickdichte Wadenstrumpf mit hohem Baumwollanteil (40 % Baumwolle bei KKL. 1, 35 % Baumwolle bei KKL. 2) wird ab Juni 2010 in den Farben Haut und Schwarz in Serie und nach Maß angeboten. Als Zielgruppe soll der Juzo® Dynamic Cotton Rib vor allem Männer ansprechen. Deshalb wurde die Fußlänge mit geschlossener Fußspitze passend bis Schuhgröße 45 besonders großzügig konzipiert. Durch die spezielle Konstruktion und die flauschige Weichheit auf der Haut ist der Strumpf sehr angenehm zu tragen und rutscht selbst bei behaarten Männerbeinen nicht. Weitere Informationen erhalten Sie bei **Julius Zorn GmbH**, Juliusplatz 1, 86551 Aichach, Telefon 082/519010, Fax 082/51901205, E-Mail [info@juzo.de](mailto:info@juzo.de) und im Internet unter [www.juzo.com](http://www.juzo.com).

\*\*\*

Seit Anfang dieses Jahres bietet die Firma **BSN-JOBST** die wichtigsten Patienten-Broschüren für die Bereiche Phlebologie und Lymphologie auch in türkischer Sprache an. Somit können nun türkische Patientinnen und Patienten zum Thema Venenleiden oder Erkrankungen des Lymphgefäßsystems aufgeklärt werden. Folgende Patientenbroschüren stehen zur Verfügung:

- Ratgeber „Venenleiden“
- Ratgeber „Fit auf Reisen“
- Venengesundheitspass
- Broschüre „JOBST Produkte“
- Poster „Fit auf den Beinen“
- Poster „Schwangerschaftsgymnastik“
- Broschüre „Das Lymphödem“
- Broschüre „Das Lipödem“

Diese Broschüren können ideal für die Patientenberatung und Aufklärung eingesetzt werden und

können kostenlos per Fax unter 02822/607195 oder per E-Mail [inform@bsnmedical.com](mailto:inform@bsnmedical.com) angefordert werden.

\*\*\*

Patienten, die zum ersten Mal mit der Diagnose Lymph- oder Lipödem konfrontiert werden, stehen der Versorgung mit flachgestrickten Kompressionsstrümpfen oft skeptisch gegenüber. Die neue Wohlgefühlqualität „mediven sensoo“ von **medi** richtet sich genau an diese Zielgruppe. Das Flachstrickmaterial ist weicher und anschmiegsamer als herkömmliche Versorgungen und speziell auf die Bedürfnisse von Einsteigern in niedrigen Krankheitsstadien abgestimmt. mediven sensoo ist leicht anzuziehen. Seine druckentlastende Fußspitze und schräge Abschlussränder sorgen für zusätzlichen Komfort. Die medizinische Wirksamkeit bei Lymph- und Lipödem bis Stadium 1 und bei der Keloidversorgung z. B. nach Verbrennungen ist stets optimal gewährleistet. mediven sensoo ist in der CCL 2 als Knie- und Oberschenkelstrumpf, als Strumpfhose sowie als Herrenhose in den Farben Sand, Caramel und Schwarz erhältlich. Nähere Produktinformationen erhalten Sie kostenfrei bei **medi**, Jasmin Brunner, Medicusstraße 1, 95448 Bayreuth, Telefon 0921/912 1381, Fax 0921/912370, E-Mail [j.brunner@medi.de](mailto:j.brunner@medi.de) oder besuchen Sie uns im Internet unter [www.medi.de/arzt](http://www.medi.de/arzt).

\*\*\*

**VenoTrain® micro balance im neuen Verkaufssset.** VenoTrain *micro balance* präsentiert sich seit dem 1. Mai 2010 in einem neuen Verkaufssset. Neben dem Kompressionsstrumpf mit klinisch nachgewiesener Pflegewirkung ist im Set gleich eine 100ml-Flasche Reload-Emulsion mit enthalten. VenoTrain *micro balance* gibt beim Tragen feuchtigkeitsspendende Wirkstoffe an die Haut ab und hält sie zart und geschmeid-

ig. Für den Pflegeeffekt sorgt eine spezielle Kombination aus Extrakten der Tiara-Blume, Squalanen aus Olivenöl, Vitamin E und Urea. Schuppige, trockene Haut, Spannungsgefühle und Juckreiz beim Tragen von Kompressionsstrümpfen gehören so der Vergangenheit an. Ab der zehnten Wäsche sorgt ein Einsprühen des Strumpfes mit der dazugehörigen Reload-Emulsion für gleichbleibende Pflegewirkung. Deshalb ist im neuen Verpackungsset eine 100 ml-Flasche inklusive Zerstäuberaufsatz und Gebrauchsanweisung beim Erstkauf gleich mit enthalten. Die Reload-Emulsion kann in der 100ml-Abpackung jederzeit einzeln nachgekauft werden. **Bauerfeind** bietet den Wellness-Strumpf plus Pflege-Emulsion in einer Vielzahl von Ausführungen an. Weitere Informationen finden Sie unter [www.bauerfeind.com](http://www.bauerfeind.com).

\*\*\*

**Neues Hilfsmittel für die Sofortversorgung bei Rückenschmerzen: LombaTech® - die patentierte Lösung von THUASNE.** Hoher Tragekomfort und perfekte Produktqualität zeichnen die LombaTech aus. So ermöglicht die Struktur des patentierten CombiteX-Gewebes einen optimalen Feuchtigkeitstransfer. Mit dem patentierten, abnehmbaren Lumbalgurt bietet die LombaTech individuelle Einstellungsmöglichkeiten in der Rückenlänge von 26 auf bis zu 32 cm. Die CombiteX-Gewebebänder gewährleisten eine hervorragende Anpassung an die Körperform, tragen aktiv zur Haltungunterstützung bei und üben einen gleichmäßigen Druck auf den gesamten Bauchraum aus. Die patentierte geteilte Rückenstruktur passt sich aufgrund ihrer Flexibilität perfekt an jede Körperform an, wobei die Verstärkungsstäbe dabei ihre Stützwirkung im Bereich der Lendenwirbelsäule behalten. Weitere Informationen erhalten Sie bei Thuasne Deutschland GmbH, Telefon 05139/9880, Fax 05139/988177, E-Mail [info@thuasne.de](mailto:info@thuasne.de) oder unter [www.thuasne.de](http://www.thuasne.de).