

## **Kurzinformation:**

### **Patienten-Selbstkontrolle der oralen Antikoagulation (PS-OAK)**

Rund ein Prozent der Bevölkerung muss täglich blutverdünnende Medikamente einnehmen, viele von ihnen dauerhaft. Die wichtigsten Gründe sind künstliche Herzklappen, wiederholte Thrombosen und Lungenembolien sowie Herzrhythmusstörungen (Vorhofflimmern).

Zur Blutverdünnung oder Antikoagulation werden in der Schweiz die beiden Medikamente Marcoumar und Sintrom eingesetzt. Eigentlich ist der Begriff „Blutverdünnung“ nicht ganz korrekt, denn die Medikamente „verdünnen“ nicht das Blut, sondern greifen in die körpereigene Gerinnung ein. Konkret wirken Marcoumar und Sintrom als Gegenspieler von Vitamin K, das für die Bildung von Gerinnungsfaktoren benötigt wird. Die Medikamente bewirken deshalb, dass in der Leber weniger Gerinnungsfaktoren hergestellt werden. Damit gerinnt das Blut weniger schnell – es wird „dünner“, wie wir in der Alltagssprache sagen.

Auch wenn nicht ganz korrekt, ist der Begriff Blutverdünnung sehr anschaulich: Wenn das Blut verdünnt ist, kommt es weniger schnell zu Gerinnseln in den Blutgefässen. Andererseits besteht bei zu stark verdünntem Blut die Gefahr von Blutungen. Gefürchtet sind insbesondere Blutungen im Magen-Darm-Trakt und im Gehirn.

Dies gilt es unter allen Umständen zu vermeiden. Deshalb ist es wichtig, dass die Antikoagulation gut eingestellt ist – nicht zu schwach, aber auch nicht zu stark. Um dies zu erreichen, muss die Blutgerinnung bei antikoagulierten Patienten regelmässig überprüft werden (sogenannte Quick- oder INR-Messung). Seit 1998 können in der Schweiz geeignete Patienten diese Messungen selber durchführen und das Medikament in eigener Regie dosieren. In diesem Fall spricht man von Patienten-Selbstkontrolle der oralen Antikoagulation (PS-OAK).

Für die PS-OAK ist eine standardisierte Schulung erforderlich, wie sie von der Schweizerischen Stiftung für Patienten mit Blutverdünnung (Coagulation Care) angeboten wird. In einem eintägigen, von einem Arzt oder einer Ärztin geleiteten Kurs werden die Patienten in den Aufbau, die Störfaktoren und Korrekturmöglichkeiten der Blutverdünnung eingeführt. Zudem lernen sie auf einem einfach zu handhabenden Messgerät, die Intensität der Blutverdünnung zu messen.

Nach einer Übungsphase von 2 bis 3 Monaten werden die Schulungsteilnehmer zu einer Abschlusskontrolle ins Spital aufgeboten. Bei dieser Gelegenheit können sie allfällige Probleme mit einem Facharzt besprechen. Zudem wird mit einer Parallelmessung geprüft, ob die vom Patienten bestimmten Gerinnungswerte mit den Werten des Spitallabors übereinstimmen.

Für die PS-OAK gibt es keine Altersgrenze. Bei Kindern können die Eltern geschult werden, bei Behinderten eine Betreuungsperson. Seit Sommer 2011 sind die Krankenkassen verpflichtet, das Messgerät sowie das für die PS-OAK benötigte Verbrauchsmaterial aus der Grundversicherung zu bezahlen.

Wer sich für die PS-OAK interessiert, bespricht sich am besten mit seinem Hausarzt. Weiterführende Informationen, Anmeldung zur PS-OAK-Schulung, sowie Unterlagen zur Schulung bei:

#### **Coagulation Care – Schweizerische Stiftung für Patienten mit Blutverdünnung.**

c/o Hämatologische Abteilung der medizinischen Klinik  
Kantonsspital Luzern  
6000 Luzern 16  
Tel. Sekretariat 041/205 51 47  
Fax Sekretariat 041/205 21 97  
E-mail: [coagulationcare@ksl.ch](mailto:coagulationcare@ksl.ch)  
Web: [www.coagulationcare.ch](http://www.coagulationcare.ch)