

Merkblatt für Patienten mit Gefäßerkrankungen

Die durchgeführte Gefäßoperation oder Gefäßaufdehnung gewährleistet eine weitgehende Normalisierung der Blutversorgung. Voraussetzung für einen dauerhaften Erfolg ist, dass es zu keinen neuen Gefäßverschlüssen vor oder hinter dem behandelten Gefäßabschnitt kommt. Hierfür ist es notwendig, dass die Erkrankungsvorgänge, die zum Gefäßverschluss geführt haben, aufgehalten werden und zum Stillstand kommen.

Sie selbst können hierzu entscheidend beitragen, wenn Sie Folgendes beachten:

1. Geben Sie möglichst das Rauchen vollständig auf, schon 1 bis 2 Zigaretten pro Tag können die Erkrankung wieder zum Aufflackern bringen!
2. Lassen Sie die Werte von Blutdruck, Blutzucker und Cholesterin regelmäßig beim Hausarzt überprüfen und gegebenenfalls medikamentös behandeln.
3. Nehmen Sie die Ihnen verordneten Medikamente nach Vorschrift ein.
4. Bei Behandlung mit gerinnungshemmenden Mitteln (Marcumar) ist zu beachten: Lassen Sie regelmäßig den Blutgerinnungswert (Quick- bzw. INR-Wert) bei Ihrem Hausarzt untersuchen und nehmen Sie die verordneten Tabletten genau nach Vorschrift ein! Jede unkontrollierte Unterbrechung der Behandlung kann einen neuen Gefäßverschluss zur Folge haben.
5. Vermeiden Sie eine Gewichtszunahme, essen Sie fettarm, aber eiweißreich und vitaminreich. 5 kleinere Mahlzeiten sind besser als 3 ausgiebige. Alkohol ist in vernünftigen Mengen erlaubt.
6. Körperliche Bewegung fördert den Blutkreislauf!
7. Beginnen Sie den Tag mit 5 Minuten allgemeiner Körpergymnastik, gehen Sie täglich möglichst zweimal 1/2 Stunde spazieren, aber nur innerhalb Ihrer schmerzfreien Gehstrecke!
8. Gehen Sie regelmäßig zur Nachuntersuchung. So kann festgestellt werden, ob die Gefäßerkrankung zum Stillstand gekommen ist oder ob eine erneute Behandlung notwendig ist.
9. Suchen Sie Ihren Arzt auf, wenn Sie akute Schmerzen bekommen. Eine Behandlung in den ersten Stunden erlaubt es in den meisten Fällen, die Durchblutung wieder vollständig herzustellen. Zu einem späteren Zeitpunkt sind die Behandlungserfolge ungünstiger.