

Gefahr einer tiefen Venenthrombose bei Flugreisen
wird oft überschätzt

Risiko bei einem eingegipsten oder geschienten Bein dagegen höher als von vielen angenommen

Köln, den 23. Juli 2009. Die Gefahr, während einer langen Flugreise eine tiefe Venenthrombose zu entwickeln, wird häufig überschätzt. Sie ist für gesunde Flugreisende sehr gering, so das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG). Wenn ein Bein etwa nach einem Sportunfall eingegipst oder geschient wird, denken viele Menschen hingegen nicht daran, dass dies das Risiko für eine tiefe Venenthrombose in Bein und Becken erhöht. Darauf weist das IQWiG in seinen heute auf www.gesundheitsinformation.de (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de>) veröffentlichten Informationen hin.

Blutgerinnsel kann zur Lunge wandern und eine Embolie verursachen

Wenn man sich nicht regelmäßig bewegt, fließt das Blut nicht mehr so schnell wie sonst durch die Venen. Dann kann es zu einem Gerinnsel verklumpen und eine tiefe Venenthrombose entstehen. „Eine solche Thrombose kann gefährlich werden, wenn sich das Blutgerinnsel löst, in die Lunge gelangt und dort ein Blutgefäß blockiert“, so der Leiter des IQWiG, Professor Dr. med. Peter Sawicki. „Diese Komplikation, eine sogenannte Lungenembolie, kann die Sauerstoffversorgung des Körpers beeinträchtigen, das Herz überlasten und im schlimmsten Fall zu einem Herzversagen führen.“

Wahrscheinlichkeit für Reisthrombose selbst bei Menschen mit erhöhtem Risiko deutlich unter einem halben Prozent

Immer wieder wird zur Reisezeit berichtet, dass Langstreckenflüge das Risiko für eine tiefe Venenthrombose (Reisthrombose) erhöhen. Das Institut hat Forschungsergebnisse zu tiefen Venenthrombosen und Flugreisen zusammengefasst, die die Erfahrungen von Millionen Flugreisenden berücksichtigen. Dabei hat sich gezeigt, dass lediglich ungefähr zwei bis fünf von 10.000 Menschen nach einem Langstreckenflug von mehr als sechs bis acht Stunden eine tiefe Venenthrombose mit Symptomen entwickeln (höchstens 0,05 %). Selbst bei Reisenden mit erhöhtem Risiko, etwa aufgrund von ausgeprägten Krampfadern oder starkem Übergewicht, ist eine Reisthrombose nicht sehr wahrscheinlich: Nur 20 von 10.000 Fluggästen sind davon betroffen (0,2 %). Bei einer Flugdauer unter vier bis sechs Stunden fand das Institut keine überzeugenden Nachweise, dass das

Thromboserisiko überhaupt erhöht ist.

„Übrigens“, so Professor Sawicki, „wenn Sie bei einer Flugreise Ihr Thromboserisiko mit Kompressionsstrümpfen senken wollen, sollten Sie sie mindestens zwei Stunden vor dem Start anziehen und während des gesamten Fluges tragen. Studien haben gezeigt, dass sie dann das Risiko für eine tiefe Venenthrombose etwas verringern.“

Gipsverband und Schiene machen tiefe Venenthrombose wahrscheinlicher

Wird ein Bein etwa nach einem Bruch oder Kreuzbandriss eingegipst oder geschient, lässt es sich nur eingeschränkt oder gar nicht bewegen. Doch viele Menschen denken nicht daran, dass auch in diesem Fall das Risiko für ein Blutgerinnsel in einer Bein- oder Beckenvene erhöht ist. „Um gefährliche Komplikationen zu vermeiden, ist es am wichtigsten, möglichst rasch wieder mobil zu werden und sich zu bewegen“, betont Professor Sawicki. „Wenn dies nicht möglich ist, etwa weil eine zu frühe Belastung den Heilungsprozess gefährden könnte, stehen wirksame Medikamente zur Verfügung.“ Diese Medikamente setzen die Gerinnungsfähigkeit des Blutes herab. Am gängigsten sind Arzneimittel aus der Gruppe der Heparine, die unter die Haut gespritzt werden.

Das Institut hat heute aktuelle und geprüfte Informationen zu der Frage veröffentlicht, wie gut Medikamente Thrombosen in ruhiggestellten Beinen verhindern können. Die IQWiG-Website www.gesundheitsinformation.de (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de>) informiert die Bevölkerung allgemeinverständlich und aktuell über medizinische Entwicklungen und Forschungsergebnisse zu wichtigen gesundheitlichen Fragen. Wer über die neuesten Veröffentlichungen der unabhängigen Gesundheits-Website auf dem Laufenden sein möchte, kann den www.gesundheitsinformation.de-Newsletter (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.69.html>) abonnieren.

Kontakt: information@iqwig.de (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/mailto:information@iqwig.de>)

Weiterführende Information:

Tiefe Venenthrombose: Wie hoch ist das Risiko durch Flugreisen, und ist eine tiefe Venenthrombose vermeidbar? (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de>)

<http://www.gesundheitsinformation.de/index.306.ru.html>)

Tiefe Venenthrombose: Können Medikamente Thrombosen in ruhiggestellten Beinen verhindern? (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.530.ru.html>)

Glossar

Embolie

Wenn plötzlich ein Blutgefäß durch einen sogenannten Embolus (von „ballein“, griechisch: werfen) verstopft wird, spricht man von einer Embolie. Ein Embolus entsteht meist aus einem eingeschwemmten Blutgerinnsel, dann spricht man von einer Thromboembolie. Aber auch Luft, Gewebe- oder Kalkablagerungen können eine Embolie verursachen. Ein Blutgerinnsel kann sich an einer Stelle im Gefäßsystem bilden, ablösen und dann mit dem Blutstrom weitergetragen werden. Es setzt sich dann in einem kleineren Gefäß fest, blockiert dort den Blutfluss und damit die Versorgung des Gewebes hinter der blockierten Stelle. Eine Lungenembolie wird zum Beispiel meist durch ein Blutgerinnsel ausgelöst, das in den Bein- oder Beckenvenen entstanden ist. Auch Schlaganfälle können durch Embolien verursacht werden.

Quellen

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.