

# Acht wichtige Punkte, auf die ein Hämophilie-Patient achten sollte:

1.



## Jede Blutung sollte zügig behandelt werden!

Jede Blutung, die schnell gestillt wird, führt zu weniger Schmerzen und weniger Folgeschäden an Gelenken, Muskeln und Organen.

2.



## Körperliche Fitness

Kräftige Muskeln schützen vor Gelenkproblemen und Spontanblutungen. Zusammen mit dem Hämophilie-Behandler und einem Physiotherapeuten sollte jeder Hämophilie-Patient ein für sich geeignetes Trainingsprogramm wählen.

3.



## Keine Einnahme von Acetylsalicylsäure

Acetylsalicylsäure führt zu einer erhöhten Blutungsneigung. Auch andere Medikamente können einen Einfluss auf die Blutgerinnung haben. Hämophilie-Patienten sollten deshalb Medikamente immer nur in Absprache mit dem Hämophilie-Behandler nehmen.

4.



## Regelmäßige Kontrolluntersuchungen bei einem Hämophilie-Behandler/-Zentrum

Das Behandlungsteam in einem Hämophiliezentrum/Praxis kann jederzeit Ratschläge zum Umgang mit der Erkrankung geben.

5.



## Vermeidung von Spritzen in den Muskel

Eine Spritze in den Muskel kann bei einem Hämophilie-Patienten zu schmerzhaften Blutungen führen. Jedoch sollte auf einen ausreichenden Impfstatus geachtet werden. Falls möglich sollten bei Hämophilie-Patienten Medikamente oral oder intravenös verabreicht werden.

6.



## Zahnpflege

Hämophilie-Patienten sollten auf gesunde Zähne achten und den Empfehlungen des Zahnarztes folgen. Spritzen und kleinere Operationen im Mundbereich können große Blutungen verursachen.

7.



## Hämophilie-Ausweis

Insbesondere Hämophilie-Patienten mit einer schweren Hämophilie sollten einen Ausweis für den Geldbeutel mit Angaben über Diagnose, Behandlung (Präparat, Dosierung) und Kontaktpersonen bei sich tragen.

8.



## Erlernen von Sofortmaßnahmen bei kleineren Verletzungen

Kleinere Verletzungen wie kleine Schürfwunden, Kratzer, und blaue Flecken erfordern häufig keine Substitution mit Faktorkonzentrat und können mit Sofortmaßnahmen versorgt werden.