

## Schulungsinhalte

Grundzüge der Gerinnung

Wirkdauer, Wirkungsweise und mögliche Nebenwirkungen des Gerinnungshemmers

Wechselwirkungen

Problematik der Gerinnungskontrollen wie z. B. eingeschränkte Vergleichbarkeit unterschiedlich gemessener Gerinnungswerte

INR-Werte

Dosierung des Gerinnungshemmers mit Erkennen und Korrigieren von Über- und Unterdosierung

Erkennen und richtiges Handeln bei Komplikationen

Ernährung

Besondere Situationen wie z.B. Urlaub

Führen eines Patiententagebuches

Eingehende praktische Übungen mit dem Gerinnungsmonitor

Lernerfolgskontrolle theoretisch und praktisch

Nach erfolgreicher Teilnahme an einer Schulung erhält der Patient ein Zertifikat.

## Schulungsorte

### Gießen

Interdisziplinärer Schwerpunkt für Hämostaseologie  
der Universitätsklinik Gießen und Marburg  
Am Steg 40  
35392 Gießen

Gruppengröße max. 6 Patienten

### Sinn

Im Gründchen 1  
35764 Sinn

Gruppengröße max. 4 Patienten

Hausbesuche in Einzelfällen möglich

### Anmeldung und Information über:

Heike Sichmann  
Im Gründchen 1  
35764 Sinn  
Tel./Fax: 02 77 2 / 95 76 87  
E-mail:  
heike.sichmann@gesema.net  
Homepage:  
www.gesema-schulung.de

lernen  
selbst bestimmen  
aktiv leben

**GESAMA**  
SCHULUNGSZENTRUM  
Gerinnungsselbstmanagement

**Sie nehmen**

**Marcumar® oder Coumadin®**

und müssen Ihre

**Gerinnungswerte (Quick/INR)**

in regelmäßigen Abständen kontrollieren

lassen?

Fragen Sie  
Ihren Arzt zu den Möglichkeiten  
der **Gerinnungsselbstkontrolle**  
und setzen Sie sich mit uns in  
Verbindung.

## Patienten

die auf unabsehbare Zeit Gerinnungshemmer (Marcumar®, Falithrom®, Warfarin®, Coumadin®, Sintrom®) einnehmen müssen, sind nach mehrstündiger Schulung in der Lage, eigenverantwortlich ihre Gerinnungswerte zu messen sowie die Dosierung ihres Gerinnungshemmers selbst zu bestimmen.

Eine verantwortungsvolle Selbstkontrolle ermöglicht Ihnen die Sicherheit Ihrer Therapie mit Gerinnungshemmern zu erhöhen, da Sie Schwankungen oder Komplikationen frühzeitig erkennen und dementsprechend schnell handeln können.

Unabhängigkeit und Mobilität sind dabei eine lohnende Begleiterscheinung.

Mittlerweile bestimmen etwa 190.000 Patienten in der Bundesrepublik ihre Gerinnungswerte selbst.

## Vielleicht möchten auch Sie dazu gehören?

## Welche Voraussetzungen müssen Sie mitbringen?

Eine besondere Eignung ist nicht nötig, aber eine normale Sehkraft und normale manuelle Fähigkeiten sollten mitgebracht werden. Sind Sie seh- oder körperlich behindert, können Sie sich gemeinsam mit einem Angehörigen oder Ihrem Lebenspartner schulen lassen, so dass Ihnen bei den praktischen Messungen geholfen werden kann. Haben Sie ein Kind, das Gerinnungshemmer einnehmen muss, so können Sie sich als Eltern schulen lassen, um Ihrem Kind zu helfen.

In unserer Schulung gibt es keine Altersbegrenzung!

### Kostenübernahme

Voraussetzungen für die Kostenübernahme durch Ihre Krankenkasse sind:

- eine lebenslange Einnahme von Gerinnungshemmern wegen künstlichem Herzklappenersatz, Thrombosen oder Embolien, künstlichem Blutgefäßersatz, Herzinfarkt oder Bypassoperation(en), Herzrhythmusstörungen, z.B. Vorhofflimmern
- das Einverständnis Ihres Arztes, dass Sie Ihre Gerinnungstherapie eigenständig durchführen
- das Vorliegen individueller Gründe zur Notwendigkeit des Gerinnungsselbstmanagements
- Ihre Bereitschaft, Ihre eigenen Werte zu protokollieren und eventuell durch den Arzt kontrollieren zu lassen.

## Mitarbeiterinnen

### Heike Sichmann

Leiterin der Geschäftsstelle der ASA e.V.  
hat als erste Patientin 1986 ihre Gerinnungswerte selbst bestimmt und führt seit dem Schulungen zur Gerinnungsselbstkontrolle durch.

### Dr. med. Kathrin Heidinger

Klinische Immunologie und  
Transfusionsmedizin  
Universitätsklinikum  
Gießen und Marburg GmbH

Beide sind wir in der Schulung des SPOG-Programmes (Schulungsprogramm für Patienten mit oraler Gerinnungshemmung) ausgebildet und Mitglieder der ASA e.V., der "Arbeitsgemeinschaft Selbstkontrolle der Antikoagulation", die sich zur Aufgabe gemacht hat, das Selbstmanagement der gerinnungshemmenden Therapie auf wissenschaftlichem Wege zu verbreiten und Schulungen durch Qualitätskontrollen ständig zu verbessern.