

Liebe/r Patient/in,

wie mit Ihnen besprochen werden Sie auf das Medikament **Phenprocoumon (Handelsname u.a. Marcumar)** eingestellt.

Wir möchten Sie über wichtige Punkte dieser Therapie informieren.

Marcumar ist ein Vitamin-K-Gegenspieler. Vitamin K ist für die Blutbildung der Gerinnungsfaktoren in der Leber erforderlich. D.h. je mehr Vitamin-K vorhanden ist, desto höher ist der Marcumarbedarf. Vitamin-K hebt also die Wirkung von Marcumar auf.

Diese Tatsache bedeutet nun nicht, dass Sie alle Lebensmittel mit einem hohen Vitamin-K-Gehalt meiden sollten, denn dadurch würden Sie sich ungesund und einseitig ernähren.

An erster Stelle steht immer eine ausgewogene Mischkost ohne extreme Bevorzugung oder Vernachlässigung bestimmter Nahrungsmittel. Das bedeutet für Sie, dass sie keine Gemüse-Obst- und Fastentage einlegen sollten.

Wichtig ist, dass Sie eine möglichst gleichbleibende Menge an Vitamin-K mit der Nahrung aufnehmen sollten, darauf werden Ihre Medikamente eingestellt und es kommt nicht zu groben Schwankungen Ihres Quick-Wertes.

Von folgenden Lebensmitteln (vor allem „was grün“ ist) sollten Sie nur 1 Portion von ca. 150mg am Tag essen, weil diese einen besonderen hohem Vitamin-K-Gehalt aufweisen:

Grünkohl
Spinat
Rosenkohl
Broccoli
Blumenkohl

Was Sie noch wissen sollten:

- Lassen Sie regelmäßig, bzw. nach Anweisung Ihres Arztes den Quick-Wert kontrollieren
- Bitte nehmen Sie Marcumar immer abends ein
- Bei einer längeren Behandlung mit Antibiotika kann der Quick-Wert sinken
- Teilen Sie jedem Arzt oder Zahnarzt mit, dass Sie gerinnungshemmende Medikamente einnehmen
- Sollte ein operativer Eingriff notwendig werden (z. B. Zahnextraktion), wird Ihr Arzt Ihnen Rat
- Bestimmte Eingriffe können auch unter Marcumartherapie durchgeführt werden. Andere Eingriffe erfordern eine Therapiepause, sowie eine Umstellung auf Heparin.
Dies sollte dann unter stationären Bedingungen erfolgen.
- Achten Sie auf ungewöhnlich lang anhaltende Blutungen. Beachten Sie, das Nasenbluten, Blut in Urin und Stuhl Zeichen einer Überdosierung von Marcumar sein können