



Hämophilie & Notfall

Vorbereitung und Erste-Hilfe-Maßnahmen
bei Blutungen



myHaemophilie.org

Better Health, Brighter Future

Mit Sicherheit gut vorbereitet

Ein Unfall passiert schnell und unvorhergesehen. Nicht immer handelt es sich dabei gleich um einen Notfall. Dennoch sollten Sie besonders als Hämophiler vorbereitet sein – z. B. auf Blutungen, die medizinisch versorgt werden müssen. So behalten Sie im Ernstfall einen kühlen Kopf und können Folgeschäden durch Blutungen oder andere Verletzungen vermeiden.

Notfall-Ausweis: Der Notfall-Ausweis enthält wichtige Informationen zu Ihrer Hämophilie und hilft dem Notarzt, im Ernstfall die richtige Behandlung einzuleiten. Tragen Sie ihn stets sichtbar bei sich.

Hämophilie-Zentren: Informieren Sie sich vor einem Ausflug oder einer Reise über Hämophilie-Zentren in der Nähe. Prüfen Sie auch wie und wie schnell Sie von Ihrem Aufenthaltsort bis zum nächsten Hämophilie-Zentrum gelangen können.

Notfalldosis Faktorkonzentrat:

Bewahren Sie grundsätzlich eine Notfalldosis Faktorkonzentrat zu Hause auf. Im Rahmen der Bedarfsbehandlung sollten Sie nur mit Faktorpräparat aus dem Haus gehen.

Notfall-Tasche: Richten Sie sich eine kleine Notfall-Tasche ein. So haben Sie wichtige Utensilien im Ernstfall immer griffbereit.

» Checkliste auf Seite 4.

Typische Blutungen erkennen

Gelenk- und Muskelblutungen können durch einen Sturz oder eine Prellung ausgelöst werden oder auch ohne erkennbare Ursache auftreten. Da sie im Körper stattfinden, sind sie jedoch nicht immer sofort zu erkennen.



Hinweise auf Gelenkblutungen:

- Schmerzen im Gelenk
- geschwollene und/oder steife Gelenke
- eingeschränkte Beweglichkeit
- warme Haut über dem Gelenk
- Kribbeln oder Blubbern im Gelenk
- Wärmegefühl im Gelenkinneren



Hinweise auf Muskelblutungen:

- Schmerzen bei Bewegung des Muskels
- betroffene Körperstelle schwillt an
- betroffene Muskelpartie wird warm
- betroffene Körperstelle kribbelt oder ist wie gelähmt
- Haut über dem Muskel wird blau
- beteiligte Venen sehen dicker aus



Hinweise auf Psoas-Blutungen:

(Blutungen im großen Lendenmuskel)

- Schmerzen im Unterbauch, ähnlich wie bei einer Leistenzerrung oder Blinddarmentzündung
- Besserung der Schmerzen, wenn Sie die Beine anziehen

Erste-Hilfe im Blutungsfall

Je nach Ausmaß der Blutung ist eine sofortige Faktorgabe notwendig. Kontaktieren Sie Ihren Arzt, um die notwendige Dosis zu besprechen. Wenden Sie zudem die **PECH-Regel** an:



PAUSE



EIS



COMPRESSION



HOCHLAGERN

1. Pausieren und betroffenes Körperteil ruhig stellen
2. Mit Eis oder einem Kühl-Pad kühlen
3. Druck- bzw. Compressionsverband anlegen
4. Verletztes Körperteil hochlagern

CHECKLISTE FÜR IHRE NOTFALL-TASCHE

- Ersatz-Butterflys und normale Kanülen
- Staubbinde
- Hämophilie-Notfallausweis
- Patienten-Tagebuch (Substitutionskalender)
- Informationsbroschüre über Hämophilie
- Faktorpräparat
- gekühltes Gel-Pad
- Wundschnellverband
- Rollenpflaster
- Desinfektionsmittel
- Tupfer