

Gerinnungs-Selbstmanagement mit CoaguChek[®] XS

Mit Sicherheit ein guter Weg

Bei Fragen

rufen Sie bitte unsere Mitarbeiterinnen
und Mitarbeiter im CoaguChek Kunden
Service Center an.

Gerne stehen wir Ihnen von
Mo. bis Fr. von 8.00 bis 18.00 Uhr unter
der **Telefonnummer 01 80/2 00 01 64**
(6 Cent pro Gespräch) zur Verfügung.
Oder besuchen Sie uns im Internet
www.coaguchek.de

www.coaguchek.de

COAGUCHEK, SOFTCLIX und WEIL ES MEIN LEBEN IST
sind Marken von Roche.



Diagnostics

Roche Diagnostics GmbH
68298 Mannheim

CoaguChek[®]
Weil es mein Leben ist

Informationen für Patienten

Gerinnungs-Selbstmanagement mit CoaguChek[®] XS

Mit Sicherheit ein guter Weg



Als Wegbereiter des Gerinnungs-Selbstmanagements bieten wir ein umfassendes System aus Produkten und Dienstleistungen für Patienten mit oraler Antikoagulation. Die Lebensqualität, Sicherheit und Unabhängigkeit des Patienten stehen im Fokus unseres Handelns.

Unser Ziel ist die Optimierung der Therapie mit Cumarinderivaten durch Gerinnungs-Selbstmanagement mit CoaguChek®, damit möglichst jeder antikoagulierte Patient Schutz vor Komplikationen und lebensbedrohlichen Ereignissen genießen kann.

Wir sind für Sie da.
Ihr CoaguChek Team



Freiheit und Unabhängigkeit bewahren

Was bedeutet es für mein Leben, Gerinnungshemmer nehmen zu müssen?

Mehr als 500.000 Menschen alleine in Deutschland nehmen dauerhaft Gerinnungshemmer ein. Hinzu kommen noch die Patienten, die über einen längeren Zeitraum von mehreren Wochen oder Monaten darauf angewiesen sind. Sie sind also mit Ihrer Diagnose nicht alleine.

Die Einnahme von Gerinnungshemmern kann Ihnen der Arzt u.a. bei folgenden Indikationen dauerhaft verordnen:

- **Künstliche Herzklappen**
- **Schwere Herzrhythmusstörungen, zum Beispiel Vorhofflimmern**
- **Wiederholte Beinvenenthrombosen oder Lungenembolien**
- **Angeborene oder erworbene Gerinnungsstörungen**

Für Ihre Gesundheit ist es notwendig, Gerinnungshemmer einzunehmen und Ihre Gerinnungswerte regelmäßig zu kontrollieren. Diese Behandlung gehört nun zu Ihrem Leben, muss aber nicht Ihr Leben bestimmen.

Im Unterschied zu vielen anderen Erkrankungen haben Sie bei Ihrer Diagnose die Möglichkeit, Ihre Gerinnungswerte mit CoaguChek® XS selbst zu kontrollieren. Dadurch sind Sie in der Lage, Ihr Leben weitestgehend normal weiterzuführen.

Es hat sich bewährt, den Gerinnungszeitwert einmal in der Woche zu bestimmen und daraufhin gegebenenfalls den Gerinnungshemmer anzupassen. Damit gelingt eine möglichst optimale Einstellung Ihrer Gerinnungshemmung im Alltag und unterwegs.

Gerinnungs-Selbstmanagement für Lebensqualität

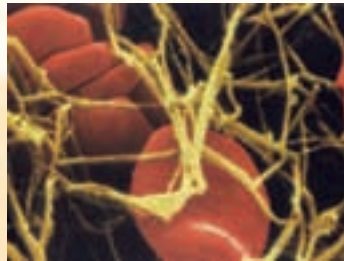
Wie wirken Gerinnungshemmer und welche Behandlungsalternativen habe ich?

Gerinnungshemmer verhindern, dass Blutgerinnsel Gefäße verstopfen und es dann zu einer lebensgefährlichen Komplikation kommt. Gerinnungshemmer verlängern die Zeit, bis das Blut gerinnt. Das bedeutet, dass Ihre Wunde bei einer Verletzung anhaltend blutet und es länger dauert, bis sich die Wunde mit einem Gerinnsel verschließt.

Wichtig ist, dass die Dosis des Gerinnungshemmers richtig eingestellt ist. Ist die Dosis des Gerinnungshemmers zu hoch, kann es zu Blutungen, zum Beispiel Nasenbluten, kommen. Ist die Dosis des Gerinnungshemmers zu gering, können sich Gerinnsel bilden, die die Gefäße verstopfen und zu einem Schlaganfall oder einer Lungenembolie führen können.

Die Dosis des Gerinnungshemmers wird in Abhängigkeit von dem so genannten INR- oder Quick-Wert eingestellt. Diesen Wert können Sie in Ihrer Arztpraxis bestimmen lassen.

Gerinnsel mit Blutplättchen und roten Blutkörperchen



Alternativ können Sie in einer Patientenschulung erlernen, diesen mit dem CoaguChek® XS System selbst zu bestimmen und dann die Dosis des Gerinnungshemmers selbst anzupassen.

Das Gerinnungs-Selbstmanagement mit dem CoaguChek® XS System ersetzt nicht den Arztbesuch. Ihre aktive Mitarbeit an der Therapie unterstützt den Arzt vielmehr dabei, Sie noch intensiver betreuen und beraten zu können. So können Sie und Ihr Arzt ein Team für Ihre Gesundheit sein.

Faktoren, die die Gerinnung beeinflussen:

- **Medikamente wie Schmerz- oder Grippemittel**
- **Erkrankungen wie Erkältung oder Durchfall**
- **Stress**
- **Ernährung**
- **Allgemeines seelisches und körperliches Wohlbefinden**
- **Klimawechsel**

Messung der Gerinnungswerte durch den Arzt

In der Regel führt der Arzt durchschnittlich alle vier bis sechs Wochen eine Kontrolle der Gerinnung durch. Das heißt, Sie gehen in die Arztpraxis. Dort nimmt man Ihnen Blut aus der Vene ab und schickt dieses dann zur Ermittlung des Gerinnungswertes an ein Labor. Je nach Arztpraxis erhalten Sie dann am gleichen Tag oder am darauf folgenden Tag Ihren INR- bzw. Quick-Wert.

Gerinnungs-Selbstmanagement

In der Regel führen Sie beim Gerinnungs-Selbstmanagement mit CoaguChek® XS

nach einer Schulung selbst eine wöchentliche Kontrolle durch. Bei Veränderungen des Lebensstils oder einer Erkrankung ist eine noch häufigere Kontrolle ratsam. Das Gerinnungs-Selbstmanagement hilft Ihnen, Abweichungen Ihrer Werte von dem von Ihrem Arzt vorgegebenen individuellen therapeutischen Bereich rasch zu erkennen.

Falls nötig, können Sie direkt auf diese Veränderungen reagieren und die Dosis Ihres Gerinnungshemmers der neuen Situation anpassen. Wie Studien* gezeigt haben, können Sie dadurch das Risiko für Komplikationen senken und somit Ihre Sicherheit und Lebensqualität erhöhen.

Auch wenn Sie Ihre Gerinnungswerte selbst messen und die Medikamentendosis anpassen, bleibt Ihr Arzt selbstverständlich Ihr Partner. Er prüft mit Ihnen zusammen in regelmäßigen Abständen die ermittelten Werte, beurteilt die Ergebnisse und berät Sie.

* Bernardo A, Voller H; Arbeitsgemeinschaft Selbstkontrolle der Antikoagulation (ASA). Leitlinien „Gerinnungsselbstmanagement“. Dtsch Med Wochenschr. 2001; 126(12): 346-351.

Mehr Normalität durch Sicherheit

Welche Vorteile hat das Gerinnungs-Selbstmanagement?

Höhere Therapiequalität

Die regelmäßige Selbstkontrolle der Gerinnungswerte ermöglicht ein frühzeitiges Erkennen von Veränderungen der Werte. Im Bedarfsfall können Sie die Dosis Ihres Gerinnungshemmers direkt anpassen.

Mehr Flexibilität bzw. Unabhängigkeit

Ob zu Hause oder unterwegs – mit CoaguChek® XS haben Sie Ihre Gerinnungswerte jederzeit im Blick. Gerade berufstätigen Patienten schenkt das Gerinnungs-Selbstmanagement mehr Flexibilität bei der Überwachung ihrer Werte.

*Mehr als 80 % der gemessenen Werte beim Gerinnungs-Selbstmanagement liegen im therapeutischen Bereich. Nur knapp 60 % der gemessenen Werte bei konventionell betreuten Patienten liegen im therapeutischen Bereich.**



Mehr Sicherheit

Durch die zeitnahe Anpassung Ihrer Werte bei Schwankungen besteht die Möglichkeit, Komplikationen zu vermeiden.

Höhere Lebensqualität

Die regelmäßige Selbstkontrolle hilft Ihnen, die Vorgänge in Ihrem Körper besser zu verstehen und einzuschätzen. Dadurch können Sie unnötige Belastungen und Einschränkungen im Alltag verhindern. Die wieder gewonnene Unabhängigkeit und Sicherheit bei Ihren Entscheidungen ermöglicht Ihnen ein angenehmeres Leben.

* Bernardo A, Voller H; Arbeitsgemeinschaft Selbstkontrolle der Antikoagulation (ASA). Leitlinien „Gerinnungs-selbstmanagement“. Dtsch Med Wochenschr. 2001; 126(12): 346-351.



Mehr Selbstständigkeit

Durch die Schulung und das Gerinnungs-Selbstmanagement passen Sie Ihren Gerinnungshemmer, sofern nötig, selbstständig an und optimieren damit Ihre Behandlung.

Schonung der Venen

Jede „normale“, also herkömmliche, Bestimmung der Gerinnungswerte ist mit einer Blutentnahme aus der Vene verbunden. Viele Patienten empfinden das als unangenehm. Durch das Gerinnungs-Selbstmanagement entfällt die Blutentnahme aus der Vene und Ihre Venen werden geschont. Für das Gerinnungs-Selbstmanagement wird nur ein kleiner Tropfen Blut aus der Fingerkuppe benötigt.

Aktuelle Information

Das CoaguChek Kunden Service Center sendet Ihnen als Nutzer des CoaguChek® XS 4-mal jährlich kostenlos den Patientenratgeber „Die Gerinnung“. Dieser enthält viele nützliche Informationen und Tipps zu den Themen Blutgerinnung und Gerinnungs-Selbstmanagement.

Alles unter Kontrolle



Wie funktioniert das Gerinnungs-Selbstmanagement?

Das Gerinnungs-Selbstmanagement ermöglicht Ihnen mehr Sicherheit bei der Einstellung Ihrer Werte und eine schnellere Anpassung im Bedarfsfall. Gut eingestellte Werte führen zu weniger Komplikationen, einer besseren Lebensqualität und vor allem zu mehr Normalität im Leben.

Die Bestimmung des INR-Wertes mit CoaguChek® XS ist einfach und funktioniert in nur vier Schritten:

- 1** Zuerst führen Sie den Teststreifen in das Messgerät ein.
- 2** Anschließend gewinnen Sie mit der Stechhilfe CoaguChek® Softclix® nahezu schmerzfrei einen kleinen Blutstropfen aus der Fingerkuppe.
- 3** Danach tragen Sie diesen Tropfen innerhalb von 15 Sekunden auf den Teststreifen auf.
- 4** Schon nach einer Minute lesen Sie Ihren aktuellen Gerinnungswert ab.

CoaguChek® XS auf einen Blick:

- Einfache Handhabung
- Übersichtliches Display
- Minimale Blutmenge (10 µl)
- Schnelle Durchführung
- Zuverlässige Werte
- Lagerung der Teststreifen bei Raumtemperatur

Anforderungen an Sie als Patient:

Das Gerinnungs-Selbstmanagement ist einfach, funktioniert schnell und zuverlässig.

* Eine Schulungseinrichtung in Ihrer Umgebung können Sie in unserem CoaguChek Kunden Service Center (siehe Rückseite) telefonisch erfragen oder im Internet unter www.coaguheck.de abrufen.

Um das Gerinnungs-Selbstmanagement durchzuführen, ist eine Schulung* erforderlich. Mit einer ausreichenden Auffassungsgabe und Geschicklichkeit sowie einem ausreichenden Sehvermögen können Sie oder eine Betreuungsperson dort das Gerinnungs-Selbstmanagement erlernen.

Die Schulung, in der Sie Hintergrundinformationen zu Ihrer Krankheit und deren Therapie erhalten, wird durch entsprechend qualifiziertes Personal geleitet. Außerdem üben Sie den Umgang mit dem Gerät und die Anpassung Ihrer Werte.

Ihr behandelnder Arzt ist von Anfang an Ihr Partner für das Gerinnungs-Selbstmanagement. Auch nach der Schulung bleibt er weiterhin Ihr erster Ansprechpartner.

Zukunft mitentscheiden

Was muss ich tun, um ein CoaguChek® XS Gerät zu erhalten?

Wenn Sie am Gerinnungs-Selbstmanagement mit CoaguChek® XS interessiert sind, sollten Sie als erstes Ihren Arzt ansprechen. Er informiert Sie über alle medizinischen Fragen und kann Sie dann an eine in Ihrer Nähe gelegene Schulungseinrichtung verweisen. In der Schulungseinrichtung erlernen Sie praktisches und theoretisches Wissen zum Thema Blutgerinnung und -stillung, INR-/Quick-Wert, individueller therapeutischer Bereich, gerinnungshemmende Therapie und Gerinnungs-Selbstmanagement.



Außerdem üben Sie den Umgang mit dem CoaguChek® XS Gerät, die selbstständige Messung Ihrer Werte, und die daraufhin gegebenenfalls erforderliche Dosisanpassung des Gerinnungshemmers. Die Schulung wird von speziell dafür ausgebildetem medizinischem Personal geleitet und dauert etwa drei bis vier Doppelstunden.

In der Regel werden die Kosten für die Schulung und die Selbstkontrolle mit dem CoaguChek® XS System von gesetzlichen und privaten Krankenkassen erstattet. Voraussetzung dafür ist, dass Ihr Arzt für Sie das Gerinnungs-Selbstmanagement befürwortet und Sie erfolgreich an einer Schulung teilgenommen haben. Auch das Führen eines Antikoagulantien-Ausweises und die Weiterbetreuung durch den Arzt sind Bedingungen für die Erstattung der weiteren Testmaterialien. Wir empfehlen, Ihre Schulungsteilnahme vorher mit Ihrer Kasse abzuklären.

Übrigens: Nähere Informationen zu dem weiteren Ablauf hin zum Gerinnungs-Selbstmanagement mit CoaguChek® XS erhalten Sie in der CoaguChek Patientenmappe. Sprechen Sie diesbezüglich Ihr Schulungszentrum an.

Der Weg zum Gerinnungs-Selbstmanagement mit CoaguChek® XS

- **Gespräch mit Ihrem Arzt**
- **Befürwortung der Therapie seitens Ihres Arztes**
- **Anmeldung zur Schulung in einem Schulungszentrum**
- **Erfolgreiche Durchführung der Schulung**
- **Einreichung des Schulungszertifikates und der Verordnung des Arztes bei der Krankenkasse zur Kostenübernahme**
- **Zusage für die Kostenübernahme durch die Krankenkasse**
- **Abholen des CoaguChek® XS Systems und der Testmaterialien in der Apotheke oder im medizinischen Fachhandel**