

Venenleiden und deren Behandlung

Venenleiden und Krampfadern gehören zu den häufigsten Erkrankungen. Fast jeder zweite Mensch hat Probleme mit den Beinen. Verursacht wird die Erkrankung durch eine Bindegewebschwäche. Diese kann vererbt oder durch Faktoren wie Übergewicht, viel Stehen im Beruf und Bewegungsarmut begünstigt werden. Auch Hormone beeinflussen die Elastizität der Venen. So ist verständlich, wenn unter Pilleneinnahme oder während der Schwangerschaft Krampfadern auftreten.

Es können im wesentlichen 4 Formen von Krampfadern (Varikosis) unterschieden werden:

1. Stammvenenvarikosis
2. Seitenastvenenvarikosis
3. Retikuläre Varikosis
4. Besenreiservarikosis

Die Besenreiser- und retikuläre Varikosis hat keinen Krankheitswert. Sie sind eher kosmetisch störend. Beide andere Formen sind von Bedeutung, da schwerwiegende Komplikationen auftreten können. Die beiden Hauptvenen am Bein, die Stammvene und die Seitenastvene, können allein oder gemeinsam befallen sein. Eine fachärztliche Untersuchung kann Aufschluss darüber bringen, welche und in welchem Ausmass die Venen erkrankt sind.

Wie entstehen Krampfadern?

Bei den häufigsten Körperhaltungen wie Sitzen und Stehen muss das Blut „bergan“ laufen. Das Herz braucht für diese Pumparbeit Unterstützung. Diese erhält es durch die Muskulatur in den Beinen. Durch Bewegung der Beine und Füsse wird Blut aus den in die Muskulatur eingebetteten Gefässen Richtung Herz gepumpt. Rückschlagventile in den Venen (Venenklappen) verhindern das Zurückfliessen des Blutes. Versagen die Rückschlagventile weil das Bindegewebe schwach geworden ist, läuft das Blut in die Venen zurück und kann sich stauen. Die Folge sind Krampfadern.

Komplikationen

Starke Varikosis birgt die Gefahr von Komplikationen. Venenentzündungen, geschwollene Beine, Blutgerinnsel in den Beinen (Thrombose) oder gar lebensbedrohliche Ansiedlungen der Blutgerinnsel in die Lunge (Lungenembolie) können vorkommen. Schließlich ist die Funktion des Venensystems in Gefahr und Geschwüre auf der Haut, sogenannte „offene Beine“, drohen.

Welche Alarmzeichen gibt es?

Neben der Veranlagung zur Bildung von Krampfadern, gibt es verschiedene Alarmzeichen. Müdigkeit, Schwere- und Spannungsgefühl in den Beinen oder heisse Beine können auf Krampfadern hindeuten. Manchmal kommt es auch zu Krämpfen oder ziehenden Wadenschmerzen und Schwellungen der Knöchelregion. Wenn Sie unter solchen oder ähnlichen Beschwerden leiden, sollten Sie ihren Arzt um Rat fragen.

Wie kann Krampfadern vorgebeugt werden?

- Das A und O bei der Vorbeugung von Krampfadern ist die Bewegung. Sitzen und Stehen sind schlecht für die Venen. Sie sollten lieber Laufen oder Liegen. Gehen Sie die Treppen zu Fuss, fahren Sie mit dem Velo zur Arbeit. Auch Schwimmen, Wandern, Skilanglauf im Winter trainieren die Muskelpumpe in den Beinen.
- Am Arbeitsplatz oder beim Sitzen im Flugzeug, Theater, Auto sollten Sie sich regelmässig bewegen oder Pausen einlegen.
- In der Nacht sollten die Beine etwa 15 cm hoch gelagert werden.
- Die Ernährung sollte ausgewogen und vitaminreich sein. Vermeiden Sie Übergewicht.
- Übermässige Wärme sollte vermieden werden (heisse Sonnen- oder Wannenbäder). Einmal täglich sollten kalte Wadengüsse, Wassertreten oder Wechselfussbäder angewendet werden.
- Ist es schon zu Krampfadern gekommen, sollten Sie ihre medizinischen Kompressionsstrümpfe konsequent jeden Morgen anziehen.
- Schwangeren Frauen, die Krampfadern vorbeugen wollen, wird das Tragen von medizinischen Kompressionsstrümpfen während der gesamten Schwangerschaft empfohlen. Neben der geringeren Schwellung der Beine gibt es auch positive Auswirkungen auf den mütterlichen Kreislauf.

Wie können Krampfadern behandelt werden?

Unterschieden wird zwischen konservativer und operativer Therapie. Grundpfeiler der konservativen Behandlung ist die Kompressionstherapie. Dabei wird die Entstauungsphase von der Erhaltungsphase unterschieden. Es können spezielle Verbände mit verschiedenen elastischen Binden und Kompressionsstrümpfe und -strumpfhosen unterschiedlicher Kompressionsstärke angewendet werden (Klasse I bis IV). Unterstützend können ödemvorbeugende Medikamente eingesetzt werden. Die Wirksamkeit der sogenannten „Venotonika“ ist in vielen Studien bewiesen. Die operative Therapie ist notwendig, wenn es zum Funktionsverlust der Venen gekommen ist. Vor einer Operation müssen die Art und Weise der Operation und die Erfolgsaussichten durch einen Facharzt untersucht und beurteilt werden. Varizen am Bein können ganz oder teilweise entfernt werden (Varizenstripping). Zurück bleiben nur kleine, kaum sichtbare Narben. Kosmetisch störende Besenreisser können mit einer Flüssigkeit unterspritzt und somit verödet werden. Auch Laserstrahlen können zur Behandlung von Besenreisern eingesetzt werden. Im Anschluss an die chirurgische Behandlung ist eine Kompressionstherapie zur Erhaltung eines guten Operationserfolges notwendig.