

DIE ZEITSCHRIFT DER DEUTSCHEN VENEN-LIGA E.V.

VENEN DVL SPIEGEL

FRÜHJAHR 2021

Krampfader-OP im Sommer

Gute Gründe für eine Behandlung
in der warmen Jahreszeit

Thrombose-Gefahr im Homeoffice

Anzeichen, Behandlung und
Tipps zur Vorbeugung

Individuelle Venentherapie

Moderne und bewährte
Behandlungstechniken



www.venenliga.de



medi



Einfach schön mit mediven® – vielfältig. farbenfroh. funktionell.

Starten Sie bunt in den Sommer – mit der großen Auswahl an Trend- und Standardfarben bei allen mediven Qualitäten. Jetzt entdecken: www.medi.biz/farben

Für weitere Informationen wenden Sie sich an Ihren medizinischen Fachhändler vor Ort oder unter: www.medi.de/haendlersuche



medi. ich fühl mich besser.

Prävention – Medizin des 21. Jahrhunderts

Prävention heißt die neue Medizin, die auf Eigenverantwortung setzt. Das ist eine große Chance.

Doch wer Verantwortung für sich und seinen Körper übernehmen will, der muss etwas darüber wissen. Der muss verstehen, warum bestimmte Krankheiten im Alter häufiger auftreten als in der Jugend.

Wir möchten Sie einladen, mit unserem Venen-Spiegel das Volksleiden Krampfadern zu beleuchten und Fragen beantworten: *Warum bilden sich Krampfadern? Wie kann man vorbeugen? Wann müssen Krampfadern operiert werden? Welche Operationsmethode ist für wen die richtige? Wann und warum kommen Krampfadern wieder?* Venenexperten aus dem gesamten Bundesgebiet haben in ihren leicht verständlichen Beiträgen ein abwechslungsreiches und hochqualifiziertes Sortiment an Informationen rund um die Vene für Sie, liebe Leserinnen und Leser, geschrieben; also aktuellste Informationen aus erster Hand.

Der Venen-Spiegel bietet seinen Lesern darüber hinaus als Hilfe zur Selbsthilfe ein gezieltes Präventionsprogramm an, das sich unter anderem an folgende Zielgruppen richtet:

Venen-Fit für Kinder und Jugendliche, denn bereit 30 Prozent der 14-Jährigen sollen eine Venenschwache haben



Venen-Fit für Schwangere, denn Schwangere haben ein vielfach höheres Thromboserisiko

Venen-Fit Generation 50plus, denn im Alter erhöhen sich die Risiken, und Befunde verschlechtern sich

Venen-Fit im Beruf, denn stehende und sitzende Tätigkeiten schaden den Venen.

Mit speziellen Präventionsprogrammen richten wir uns auch an die Verantwortlichen im betrieblichen Gesundheitsmanagement. Die Angebote reichen von Venenscreening-Aktionen in Betrieben bis hin zu öffentlichen Screening-Angeboten im Venenmobil. Die Deutsche Venen-Liga leistet damit einen wichtigen Beitrag zur Aufklärung und Prävention. Jeder kann lernen, dass es Spaß macht Venenleiden vorzubeugen und dass das Alter dabei keine Rolle spielt. Denn für Prävention ist es nie zu früh. Und nie zu spät.

Mit den besten Wünschen und Grüßen
Ihr

Dr. med. Michael Wagner
Präsident der Deutschen Venen-Liga e.V.

INHALT



3 Editorial

6 **Besenreiser – ein ungeliebtes Übel**

Aufweitungen feinsten, oberflächlichen Haut-
äderchen

7 **Hautkrebs-Screening**

Zur Hautkrebsfrüherkennung

8 **Individuelle Venentherapie**

Interview mit Frau Frauke Weigel und die
einzelnen Operationstechniken

12 **Das ist die DVL**

Mehr als 30 Jahre Deutsche Venen-Liga e.V.

13 **Venensprechstunde**

Sie fragen, wir antworten.

14 **Vorbereitung hilft bei Krampfader-OP**

Venen-Spezialist Herr Dr. med. Wes Nakchbandi

15 **Krampfadern-OP im Sommer? Aber ja!**

Sieben gute Gründe für eine Behandlung in der
warmen Jahreszeit

16 **Thrombose – die unerkannte Gefahr**

Risikofaktoren und Vorbeugung

20 **Schuhe – die Qual der Wahl – modisch oder gesund?**

22 **Vorsicht! Stauungsekzem wird oft zu spät erkannt**

Frau Dr. med. Konstanze Kallmann klärt auf

24 **Im Homeoffice steigt das Thromboserisiko**

Frau Dr. Elisabeth Langer informiert über
Risiken bei der Arbeit von zuhause

26 **„Jede schwangere Frau sollte Kompressionsstrümpfe tragen“**

Interview mit Chefarzt Dr. med. Michael Gerstorfer

28 **Venen-Wiki**

Fachbegriffe kurz erklärt

29 **Termine**

Wichtige Daten und Venen-Aktionstage

30 **Venenzentren**

Spezialisten für die Beine

30 **Impressum**

Besenreiser – ein ungeliebtes Übel

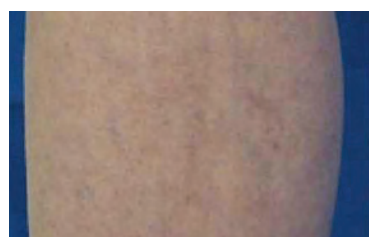
Es ist jedes Jahr dasselbe. Die warme Jahreszeit steht an und Frau möchte wieder „Bein“ zeigen. Das Gleiche gilt übrigens auch zunehmend für Mann. Ein genauer Blick jedoch lässt manche(n) Dame / Herren verzweifeln. Unschöne blaue und rote Äderchen haben sich ausgebreitet und trüben die Optik.

Es handelt sich um Besenreiser. Das sind Aufweitungen feinsten, oberflächlichen Hautäderchen. Sie besitzen bis auf wenige Ausnahmen keinen Krankheitswert, verursachen keine Schmerzen und sind nicht die Ursache für die Entstehung von größeren Krampfadern.

Die gute Nachricht ist: Besenreiser sind in der Regel gut zu behandeln. Vorher muß jedoch eine tiefer liegende Venenschwäche ausgeschlossen werden. Es gibt verschiedene Behandlungsmethoden, die meist in Kombination die besten Ergebnisse zeigen.



vorher



nachher

An erster Stelle steht die sogenannte **Sklerosierung** oder auch **Verödungsbehandlung**. Hierbei wird mit einer feinen Nadel ein Wirkstoff in die oberflächlichen Hautvenen injiziert, der über eine gewollte, künstliche Entzündung die Vene verschließt.

Für kleinere und mittlere Befunde reichen in der Regel zwei bis drei Sitzungen aus um die Befunde um circa 60 - 70% zu reduzieren. Bessere Ergebnisse werden über weitere Sitzungen erzielt. Das Tragen eines medizinischen Kompressionsstrumpfes ist je nach Befund im Anschluss für nur 2 -3 Tage notwendig. Eine Abheilungsphase von 2 - 3 Wochen ist normal und kann durch Einreiben mit Heparinhaltiger Salbe unterstützt werden.

Ergänzend zu der Sklerosierung kann eine **Laserbehandlung** sinnvoll sein. Im Gegensatz zur Verödung werden hierbei die Äderchen durch Hitze verschweißt. Die Laserbehandlung eignet sich vor allem für ganz kleine rote, oberflächlich gelegene Besenreiser beziehungsweise Haargefäße.

Ein weiteres, ergänzendes Verfahren stellt die sogenannte **Miniphlebektomie** der Besenreiser-Nährgefäße dar. Hierbei werden die zuführenden Hautgefäße mit kleinsten Stichen in Lokalanästhesie narbenfrei entfernt. Welche Verfahren oder Kombinationen im Einzelnen zur Anwendung kommen und wie viele Sitzungen erforderlich

sind, richtet sich nach dem individuellen Befund und wird vor der Behandlung mit dem Arzt besprochen. Da es sich um eine rein kosmetisch/ästhetische Behandlung handelt, sind die Kosten vom Patienten zu tragen.

Fazit: Das ungeliebte Übel „Besenreiser“ ist behandelbar. Hierfür stehen verschiedene Verfahren zur Verfügung, deren Einsatz sich nach dem Befund richtet. Es sind mehrere Sitzungen erforderlich und eine gewisse Abheilungsphase muss eingeplant werden. Es handelt sich um eine medizinische Wahlleistung, die Behandlungskosten trägt der Patient.



Aljoscha Greiner

Facharzt für Allgemeinmedizin/Phlebologie/
Naturheilverfahren/Lasermedizin

MVZ Venenzentrum Bad Bertrich

Bäderstraße 1, 56864 Bad Bertrich
Telefon: 02674 1366
www.venen-mvz.de

Hautkrebs-Screening

Bei der **Hautkrebsfrüherkennung** handelt es sich um ein kostenloses Programm der gesetzlichen Krankenkassen zur Früherkennung und Vorsorge von Hautkrebs. Unter Hautkrebs versteht man eine bösartige Wucherung der Hautzellen.

Ursache hierfür können genetische Faktoren darstellen, aber auch UV-Strahlung, ob von der Sonne oder künstliche UV-Strahlung vom Solarium, gelten als die Hauptursache.

Beim sogenannten Hautkrebscreening geht es vor allem um die Erkennung von drei wichtigen Hautkrebsarten

- **Basalzellkarzinom**
- **Spinozelluläres Karzinom**
- **Malignes Melanom**

Hautkrebs kann an grundsätzlich an allen Stellen des Körpers auftreten. Im Rahmen des Screenings wird die Haut daher am ganzen Körper einschließlich Lippen, Zahnfleisch, Genitalien und Fußsohlen untersucht.

Die gesetzlichen Krankenkassen bieten Frauen und Männern ab dem Alter von 35 Jahren eine Hautkrebsfrüherkennungsuntersuchung an. Diese kann dann alle zwei Jahre wiederholt werden. Die Untersuchung ist **freiwillig und kostenlos** für den Patienten.

Ergibt sich ein auffälliger Befund, so wird dieser **chirurgisch entfernt** und zur **histologischen Aufarbeitung und Beurteilung** in ein Derma-pathologisches Labor gesendet.

Ist der histologische Befund negativ, sind meist keine weiteren Maßnahmen erforderlich. Stellt sich aber heraus, dass es sich um einen der drei oben genannten Hautkrebsarten handelt, sind weitere Eingriffe und Untersuchungen notwendig.

Wie bei allen Krebsarten hängt die Prognose immer davon ab, wie früh der Krebs erkannt wird. Grundsätzlich gilt, je oberflächlicher die Ausbreitung und je früher das Stadium desto besser ist die Prognose.

Unabhängig davon ob man am Hautkrebscreening teilnimmt, empfiehlt es sich grundsätzlich auf einen geeigneten **Sonnenschutz** zu achten und die **Haut selbst regelmäßig auf Veränderungen zu überprüfen**. Auffälligkeiten sollten immer zeitnah ärztlich abgeklärt werden.



Frau Dr. medic. Ioana Taralunga

Fachärztin für Dermatologie und Allergologie

MVZ Venenzentrum Bad Bertrich

Zweigpraxis Dermatologie

Sonnenstraße 6, 56864 Bad Bertrich

Telefon: 02674 940 390

www.venen-mvz.de

INDIVIDUELLE VENENTHERAPIE

„Jede Krampfaderoperation – aber auch jede neue innovative Behandlungsform – muss für den Patienten so schonend und so ästhetisch wie möglich sein.“ sagt Frauke Weigel, die Cheförztn der Mosel-Eifel-Klinik, Fachklinik für Venenerkrankungen und Rezidiv-Operationen, Bad Bertrich.

**Rezidivquote nach 5 Jahren
Absoluter Spitzenwert im internationalen Vergleich! 1,6%**



Frauke Weigel

Cheförztn der Mosel-Eifel-Klinik,
Fachförztn für Chirurgie/Gefäßchirurgie

Wie wird die richtige Behandlungsmethode für Ihre Patienten ausgewählt?

Frauke Weigel: Wir beherrschen in unserer Venenklinik ein großes Spektrum sowohl altbekannter Therapieverfahren klassische Stripping-Operation, invaginierendes Kurzstripping – Pin-Technik, Perforansligatur-/Dissektion, Astvarizenexhairese sowie minichirurgische Astvarizenentfernung (Phlebektomie) als auch modernste Techniken wie Extraluminale Valvuloplastie, Katheter-Laserverschluss der Stammvenen oder auch Radiowellen-Verschluss, modifiziertes CHIVA-Verfahren, Katheter-Schaumverödung, welche jedem Patienten und seinem individuellen Befund gerecht werden. Jede Krampfader bedarf einer gesonderten Beurteilung. Welches Verfahren zum Einsatz kommt, hängt vom individuellen Befund ab sowie vom Alter des Patienten als auch von eventuellen Nebenerkrankungen.

Welche Vorteile hat der Patient in einer spezialisierten Venenklinik?

Frauke Weigel: Die Erfahrung des Ärzteteams und insbesondere die kritische Würdigung der modernsten Techniken kommt jedem Patienten zugute. Wir können beurteilen, welche der unterschiedlichen Techniken bei welchem Patienten zu einem optimalen Ergebnis führen kann. Das Operationsergebnis soll minimal belastend und auch ästhetisch zufriedenstellend sein. Ein großes Problem stellt insbesondere der Rückfall des Krampfaderleidens dar, wenn nach erfolgter Behandlung Krampfadern wieder auftreten. Wir Mediziner sprechen hier von einem Rezidiv. Eine Studie der Ruhr-Universität Bochum belegt, dass die von Venenspezialisten durchgeführten Krampfaderoperationen in einem deutlich geringeren Prozentsatz durch Neubildungen von Krampfadern belastet sind, als wenn ein Nichtspezialist diese Behandlung durchgeführt hat. Bereits auf dem Weltkongress der Phlebologen in Monaco (2009) konnte die Mosel-Eifel-Klinik eine Rezidivquote von 1,5 Prozent nach Crossektomie vorstellen, was auch im internationalen Vergleich ein hervorragendes Ergebnis bedeutet.

Mit welchen Methoden werden Ihre Patienten untersucht?

Frauke Weigel: Mit zeitgemäßer Medizintechnik, wie Ultraschall und Infrarotlicht, können wir alle Untersuchungen vollkommen schmerzfrei und risikolos durchführen. Unsere Ärzte und das gesamte Klinikpersonal beschäftigen sich seit 1982 – wir sind die älteste Venenfachklinik Deutschlands – ausschließlich mit der Krampfadertherapie. Die langjährige Erfahrung unserer Mitarbeiter bedeutet für unsere Patienten sowohl diagnostische als auch therapeutische Sicherheit. Es handelt sich für den Patienten um nicht belastende Verfahren. Unsere Behandlungsergebnisse wurden bereits vom ehemaligen Chefarzt, Herr Dr. med. Frings, heute Wissenschaftlich Ärztlicher Direktor, auf vielen Kongressen und in wissenschaftlichen Veröffentlichungen dargestellt. Eine ganz besondere Bedeutung hat unser spezielles Anästhesieverfahren. Sämtliche Eingriffe werden seit Beginn unserer Klinik ausschließlich in örtlicher Betäubung vorgenommen, wobei heute die Modifikation der Tumescenzlokalanästhesie eingesetzt wird. Diese kann mit einem Schlummer-Schlaf für die Patienten kombiniert werden. Bei fast 300.000 Eingriffen ist es hierbei noch nie zu einem ernsthaften Anästhesieproblem gekommen. Zudem bieten wir seit einigen Jahren aufgrund medizinischer Indikationen und für Angstpatienten auch Vollnarkosen an.

Welche Vor- und Nachteile haben die verschiedenen Methoden?

Frauke Weigel: Die sind immer im Einzelfall sorgfältig abzuwägen. Jedes Behandlungs- und somit auch jedes Operationsverfahren in der Medizin hat seine Vor- und Nachteile und wird den Patienten erläutert.

Wird die Untersuchung und die Behandlung in Ihrer Venenklinik von den Krankenkassen bezahlt?

Frauke Weigel: Ja, sowohl die Untersuchung als auch die klassische Therapie einer Venenerkrankung ist medizinisch notwendig. In diesem Fall übernehmen die gesetzlichen und privaten Krankenkassen die Kosten. Bei der ästhetischen Behandlung der Besenreiser-Krampfaderchen als auch bei der Katheter-Laserbehandlung, Radiowellenbehandlung oder der Schaumverödung ist dieses jedoch nicht immer der Fall.



Dr. med. Norbert Frings

Wissenschaftlicher Ärztlicher Direktor der Mosel-Eifel-Klinik

Mosel-Eifel-Klinik

Fachklinik für Venenerkrankungen
und Rezidiv-Operationen
Kurfürstenstraße 40, 56864 Bad Bertrich
Telefon: 02674 9400
www.venen.de

Die einzelnen Operationstechniken

Frauke Weigel, Chefärztin der Mosel-Eifel-Klinik, Bad Bertrich, stellt im Folgenden die verschiedenen Operationsmethoden bei der Krampfaderbehandlung vor:

Teil-Stripping der Stammvenen

Beim Stripping wird die kranke Vene mit einer Sonde durch einen kleinen Schnitt herausgezogen (gestrippt). Von großer Bedeutung ist, dass nicht jede kranke Stammvene entfernt werden muss. Falls sie nur im oberen Teil erkrankt ist, bleibt der gesunde Venenteil erhalten (Teil-Stripping), z.B. für eine evtl. später erforderliche Bypass-Operation. Falls möglich, operieren wir immer stammvenenerhaltend.

Stripping-Standardverfahren

Die Stammvene wird mit einer biegsamen Sonde (Babcockstripper) herausgezogen. Dieses Verfahren lässt sich immer durchführen. Ein kleiner Hautschnitt am Unterschenkel ist erforderlich; es können sich Blutergüsse bilden, die nach einer gewissen Zeit aber wieder verschwinden.

Crossektomie

Hierunter versteht man den Verschluss der defekten Vene mit ihrer Venenklappe in der Leiste oder Kniekehle. Da in der Regel von diesem Venenklappendefekt das Krampfaderleiden ausgeht, stellt dieser Eingriff den entscheidenden operativen Akt dar.

Invaginierendes Mini-Stripping (Pin-Stripping)

Bei diesem Verfahren wird die Vene durch sich selber mit kleiner Stichinzision oder kleinem Gegenschnitt am Unterschenkel herausgezogen. Dies verheilt fast narbenfrei. Das Verfahren gelingt manchmal nicht, weil die Vene bei Verwachsungen nicht komplett entfernt werden kann.

Extraluminale Valvuloplastie

Dieses Verfahren repariert sozusagen die defekten Venenklappen: In örtlicher Betäubung wird mit einer Art Kunststoffmanschette die erweiterte Vene auf normalen Durchmesser gebracht, so dass sich die Venenklappen wieder schließen können und die Stammvene erhalten bleibt für eine eventuell spätere Bypass-Operation. Die Manschette funktioniert im Prinzip wie ein innerer Kompressionsstrumpf.

Shave-Verfahren

Operativ wird das offene Bein (Ulcus cruris) mit dem sogenannten Shave-Verfahren – ebenfalls in örtlicher Betäubung – behandelt. Hierunter ist die großzügige Exzision (Entfernung aller infizierten und nekrotischen Ulcusanteile bis auf gesundes, gut durchblutetes Gewebe) des Ulcus-areals zu verstehen.

Mesh Graft-Verfahren

Dem Shave-Verfahren schließt sich meist eine plastische Hautdeckung (Mesh graft-Hauttransplantation) an. Mit dem Mesh graft-Transplantat (engl. mesh=Netz, graft=Transplantat), welches aus körpereigener Haut hergestellt wird, können auch größere Hautdefekte verschlossen werden.

CHIVA-Verfahren in modifizierter Form

Beim CHIVA-Verfahren wird die erkrankte Vene unterbunden und im Körper belassen. Insbesondere der Erhalt einer nur geringgradig erkrankten Stammvene ist von großem Nutzen, da diese für eine evtl. Bypass-Operation im Körper verbleiben kann.

Endoluminale Lasertherapie (ELT) der Stammvenen

Bei der Endoluminalen Lasertherapie wird die Stammvene nicht herausgezogen, sondern durch den Laserstrahl verschweißt. Hierbei wird in örtlicher Betäubung unter Ultraschallkontrolle durch ein feines Glasfaserlichtkabel die Laserlichtenergie „minimalinvasiv“ in die Vene eingebracht. Es kommt zu einer Schrumpfung und letztlich zum Verschluss des Gefäßes.

Endoluminale Radiowellentherapie der Stammvenen

Durch eine Punktion am unteren Ende des kranken Stammvenenabschnittes, das heißt in Kniehöhe oder am Unterschenkel, wird ein winziger Hochfrequenzkatheter unter Ultraschallkontrolle in die kranke Vene eingeführt. Durch die Wärmeenergie schrumpft die Venenwand und die Vene verschließt sich.

Ultraschallgesteuerte Schaumsklerosierung

Bei der Schaumverödung wird ein dünner Katheter unter Ultraschallkontrolle in die Vene gelegt und hierüber anschließend ein spezieller Schaum in die Vene injiziert. Dieser bewirkt, dass die Vene verklebt und sich vollkommen verschließt.

Phlebektomie – Miniphlebektomie (Häkelverfahren)

Astkrampfadern werden mittels kleiner Hautinzisionen und mit Hilfe von Spezialinstrumenten herausgezogen. Die Wunden heilen im Idealfall nahezu narbenfrei.

Biologische Krampfaderverödung

Die biologische Verödung von Krampfadern nach Prof. Dr.med. Linser ist eine ambulante Behandlung von Krampfadern, bei der eine sterile Kochsalzlösung über eine Kanüle in die Krampfader verabreicht wird. Dadurch kommt es zum Verkleben der Gefäßwände.

Achtung

Nicht jede Methode ist für jeden Befund geeignet. Erfahrene Venenspezialisten erstellen Ihr individuelles Therapieverfahren, um das bestmögliche Behandlungsergebnis zu erreichen.

Mosel-Eifel-Klinik

Fachklinik für Venenerkrankungen
und Rezidiv-Operationen
Kurfürstenstraße 40, 56864 Bad Bertrich
Telefon: 02674 9400
www.venen.de

Folgen Sie uns auf Facebook, Instagram, Youtube

Das ist die DVL

Deutsche Venen-Liga e.V.: Mehr als 30 Jahre Informationen zu neuesten Therapiemethoden defekter Venen

Wie wird man Krampfadern am besten los? Diese Frage stellen sich jedes Jahr vielen hunderttausend Menschen in Deutschland. Das operative Entfernen der Vene – Stripping genannt – gilt seit langem als Goldstandard. Aber auch neue Methoden haben Einzug in die Operationssäle gehalten.

Die Deutsche Venen-Liga e.V. (DVL) hat es sich seit ihrer **Gründung am 8. Juni 1988 durch Gustav Saam** zur Aufgabe gemacht, Patienten über die Volkskrankheit Krampfadern gut zu informieren. Der gemeinnützige Verein ist im regelmäßigen Austausch mit Fachärzten, besucht Fachkongresse und begleitet wissenschaftliche Studien.

Eine einheitliche Therapieempfehlung kann es nicht geben, denn jede Krampfader ist so individuell wie der Patient, dem sie Beschwerden bereitet. Wer kennt sich hier noch aus? „Um bei den vielen Therapien den Überblick zu behalten und die richtige Entscheidung mit dem Patienten gemeinsam zu treffen, sollte der Arzt sehr viel Erfahrung in der Therapie von Venen haben und die gesamte Bandbreite aller Behandlungsmethoden beherrschen. Wir empfehlen immer einen Venenspezialisten (Phlebologen) aufzusuchen“, sagt DVL-Präsident Dr. Michael Wagner.

Denn wie in vielen anderen medizinischen Bereichen haben sich auch in der Venenheilkunde Diagnostik und Therapien weiterentwickelt und neue sind hinzugekommen. Die DVL hat in den mehr als drei Jahrzehnten viele tausend Patienten aufgeklärt, informiert und be-

raten. Im Laufe der Jahre hat sich auch das Krankheitsbild „Krampfadern“, vor allem durch eine **intensive Aufklärung**, gewandelt. Immer mehr Menschen finden sich mit den knotig erweiterten, bläulichen dicken Adern an ihren Beinen nicht länger ab. Sie suchen einen Venenexperten auf und lassen sich helfen.

Der Geist von Gustav Saam schwebt bis heute über der Deutschen Venen-Liga, die nach wie vor ein gemeinnütziger Verein geblieben ist. Die DVL gibt Patienten, behandelnden Ärzten und Krankenkassen **neueste Informationen über moderne Behandlungsmöglichkeiten in Diagnostik und Therapie**. Sie informiert über Möglichkeiten der Vorsorge und Risikominimierung von Krampfadern, Besenreisern und weiteren – auch im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements. Traditionell ist auch das DVL-Venenmobil ganzjährig unterwegs, um in Unternehmen und Betrieben bundesweit Venenscreenings durchzuführen.

Große Bedeutung hat der **Deutscher Venentag®**, der seit 2003 jährlich im April unter Beteiligung von Apotheken, Sanitätshäusern, Arztpraxen, Krankenkassen und Kliniken bundesweit stattfindet.

Darüber hinaus können Interessierte und Betroffene **umfangreiches Informationsmaterial zu Therapie, Behandlung und Prävention** bei der DVL kostenlos anfordern oder sich im Internet herunterladen: www.venenliga.de

Übrigens:

Die DVL ist auch bei Facebook und Twitter zu finden.
<https://www.facebook.com/DeutscheVenenLiga>
<https://twitter.com/VenenLiga>



VENENS PRECHSTUNDE

mit



Dr. med. Michael Wagner

Präsident der Deutschen Venen-Liga e.V.

Sie fragen, wir antworten.

Schreiben Sie oder rufen Sie uns an:

info@venenliga.de, www.venenliga.de, 02674 1448

Gebührenfreie Venen-Hotline: 0800 4443335

Alle Einsendungen und persönliche Angaben werden vertraulich behandelt.



Sind immer beide Beine vom Venenleiden betroffen?

Ein Venenleiden kann sowohl bei beiden Beinen als auch einseitig auftreten. Ein einseitiges Leiden setzt nicht voraus, dass das andere Bein auch betroffen ist.

Sollte man sich schonen, wenn man eine Krampfader hat?

Fakt ist, dass gerade bei Venenschwäche die Beine Bewegung brauchen. Langfristig gesehen fördert es die Venengesundheit, sich so viel wie möglich zu bewegen. Sportarten wie Walken, Radfahren oder Schwimmen sind besonders gut für die Venen.

Ich habe keine Lust auf Sport. Kann ich trotzdem etwas für meine Venen tun?

Wir empfehlen Ihnen, wann immer möglich, die Füße zu kreisen, die Fersen zu heben und senken und mit den Beinen in der Luft Fahrrad zu fahren. Ein paar Minuten Training pro Tag sind optimal. Um Schwellungen zu verhindern, öfter mal die Beine in die Luft strecken; so fließt das verbrauchte venöse Blut leichter zum Herzen zurück.

Welche Kosten kommen bei einer Venen-Behandlung auf mich zu?

Bei medizinischer Notwendigkeit und dem Einsatz anerkannter Behandlungsverfahren bzw. Operationstechniken übernehmen die Krankenkassen die Kosten.

Vorbereitung hilft bei Krampfader-OP

Krampfadern oder Varizen, wie sie im Fachjargon heißen, sind allgemein sehr verbreitet. Allein in Deutschland sind ca. 5 Millionen Menschen von einer chronischen Krankheit betroffen. Die Behandlung richtet sich danach, wie ausgeprägt die Krampfadern sind und ob sie konkrete Beschwerden bereiten. Kompressionsstrümpfe, Wechselduschen und Gymnastik helfen nämlich meist nur bei leichten Fällen. Bei ausgeprägten Krampfadern rät der Venen-Spezialist meist zu einer operativen Entfernung. Pro Jahr werden in Deutschland rund 300.000 solche Eingriffe mit anschließendem Krankenhausaufenthalt durchgeführt.

Die Krampfader-Operation ist besonders in Deutschland nach wie vor weit verbreitet, da die Langzeitwirkung der operativen Methoden von vielen Experten als am besten angesehen wird.

Auch hier kann es gelegentlich – wie bei allen Behandlungsmethoden – aufgrund einer chronischen Grunderkrankung auch zu Komplikationen kommen. „Bei einer Krampfader-OP bestehen grundsätzlich ein paar allgemeine Risiken, die nicht direkt mit Venenbeschwerden verbunden sind. Diese sind im Allgemeinen jedoch relativ gering“ sagt Dr. med. **Wes Nakchbandi** von der Bad Brückenaauer Venenkompetenz.

Ihr behandelnder Arzt muss Sie allerdings auch bei kleinen Eingriffen über alle Eventualitäten aufklären. Die Einschätzung der Risiken hängt zudem von jedem persönlichen Fall ab. So können Komplikationen beispielsweise aus einer Medikamenten-unverträglichkeit, Thrombosen und einer möglicherweise vorher nicht entdeckten Krankheit entstehen. Eine Wundinfektion nach einem Eingriff ist heutzutage aufgrund der hohen Hygienestandards höchst unwahrscheinlich, theoretisch allerdings möglich. Ein Beispiel hierfür wäre die Bildung von Lymphfisteln, also die Öffnung eines Lymphgefäßes an der Körperoberfläche. Dann wird über die verletzten Lymphbahnen verstärkt Lymphflüssigkeit abgesondert, die über die Wunde austreten kann.



Die Inzidenz liegt bei gefäßchirurgischen Eingriffen allerdings bei nur etwa 2 %. „Die Behandlungsmöglichkeiten einer Lymphfistel sind vielseitig. Die akute Entzündung ist meist durch geeignete Hygienemaßnahmen, Desinfektion und eine medikamentöse Unterstützung mit Antibiotika und fiebersenkenden Mitteln schnell in den Griff zu bekommen. Aber auch ein straffer Kompressionsverband über prophylaktisches Verkleben und operative Sanierung bis zur Strahlentherapie (speziell bei Lymphfisteln in der Leistenregion) verschaffen Abhilfe. Seit einigen Jahren steht mit der in den 1980er Jahren entwickelten Vakuum-Therapie eine weitere Behandlungsoption für den Gefäßchirurgen zur Verfügung“, fügt Dr. med. Nakchbandi an.

Um die Möglichkeit von Komplikationen zu minimieren und für einen schnellen und reibungslosen Heilungsverlauf zu sorgen, erklärt Ihnen der Venenspezialist einige Verhaltensregeln vor der Operation:

Besorgen Sie sich schon vor dem Eingriff die vom Arzt verordneten Kompressionsstrümpfe, da Sie diese gleich nach der Operation für einige Wochen tragen müssen. Ja nach Art der Operation, sollten Sie 6 Stunden vor der Anästhesie nichts mehr essen und keine trüben Flüssigkeiten mehr trinken! Am Anästhesietag selbst soll nicht mehr geraucht werden. Wenn Sie morgens Medikamente einnehmen, besprechen Sie bitte mit Ihren Anästhesisten, welche Medikamente Sie vor der Anästhesie noch einnehmen können.

Chefarzt Dr. med. Wes Nakchbandi

Franz von Prümmer Klinik

Venenkompetenz im Dreiländereck Rhön
Bahnhofstraße 16, 97769 Bad Brückenau
Telefon: 09741 8980
www.franz-von-pruemmer-klinik.de

Krampfadern-OP im Sommer? Aber ja!

Sieben gute Gründe für eine Behandlung in der warmen Jahreszeit

Krampfadern sollten nur im Herbst oder im Winter operiert werden – diese Ansicht ist weit verbreitet. Allerdings stimmt sie nicht. „Eine Behandlung im Sommer hat für den Patienten viele Vorteile“, sagt Frau Dr. Elisabeth Langer, Leitende Oberärztin der Klinik im Park in Hilden bei Düsseldorf. Sie führt sieben gute Gründe für eine OP im Sommer auf:

1) Krampfadern sind defekte Venen. Sie bilden sich nicht von alleine zurück. Im Gegenteil: Ohne die notwendige OP schreitet die Krankheit oft weiter fort.

2) Krampfadern sind nicht nur optisch unschön, sondern eine Krankheit: „Krampfadern sollten ernst genommen werden. Hat ein Venenspezialist eine Operation empfohlen und der Patient verschiebt sie in den Herbst hinein, kann dies ein Gesundheitsrisiko darstellen“, sagt Dr. Langer.

3) Bleiben Krampfadern unbehandelt, erhöht sich die Gefahr für ein sogenanntes „offenes Bein“ – eine schlecht heilende Wunde. Auch das Risiko einer schmerzhaften Venenentzündung, einer tiefen Venenthrombose und einer lebensgefährlichen Lungenembolie steigt.

4) Wer sich im Sommer gegen eine ärztlich empfohlene Krampfaderbehandlung entscheidet, muss aus ärztlicher Sicht in den warmen Monaten täglich Kompressionsstrümpfe anziehen. Denn gerade bei Wärme und Hitze benötigen defekte Venen Unterstützung, damit das Blut nicht in den Beinen „versackt“, sondern zurück Richtung Herz transportiert wird.

5) Innovative, moderne und schonende Operationstechniken sorgen dafür, dass kaum Blutergüsse auftreten.

6) Viele Behandlungen können ambulant erfolgen – morgens operiert und nachmittags wieder zuhause ist keine Seltenheit.

7) Kompressionsstrümpfe werden nach einer OP nicht mehr lange getragen. Übrigens: Mit Omas ungeliebten Gummistrümpfen haben die modernen Kompressionsstrümpfe nichts mehr gemein.



Frau Dr. Elisabeth Langer

Leitende Oberärztin der Klinik im Park

Klinik im Park


Venenzentrum Nordrhein-Westfalen
Hagelkreuzstraße 37, 40721 Hilden
Telefon: 02103 8960
www.klinik-im-park.de

THROMBOSE – die unerkannte Gefahr

Durch den Lebensstil in unserer heutigen Gesellschaft führen immer mehr Faktoren zu verstopften Blutgefäßen in den Beinen, der sogenannten Thrombose. Diese tickende Zeitbombe kann im schlimmsten Fall zu einer Lungenembolie führen.

Laut Statistik der Deutschen Gesellschaft für Angiologie erleiden rund 80.000 Menschen pro Jahr in Deutschland eine Thrombose, hier überwiegend in den Beinvenen. Die Zahl ist wahrscheinlich sogar noch höher, denn nicht jedes Blutgerinnsel (medizinisch Thrombus) verursacht Symptome wie plötzliche einseitige Bein-
schwellungen, Druckempfindlichkeit in der Wade oder Fußsohle, ziehende Schmerzen oder eine bläuliche Verfärbung der Haut.





Einige Faktoren können die Entstehung der gefürchteten Blutgerinnsel begünstigen. Jedoch erst bei Vorliegen mehrerer Risikofaktoren erhöht sich das Thromboserisiko unverhältnismäßig

- Gerinnungsstörungen (durch Erbkrankheiten oder Medikamenteneinnahme)
- Übergewicht
- Langes Liegen (z. B. Bettlägerigkeit)
- Rauchen
- Schwangerschaft
- Schäden an Gefäßwänden (durch Verletzungen oder Krebserkrankungen)
- Reduzierung der Flussgeschwindigkeit (durch Sitzen mit überschlagenen Beine, langes Stehen)
- Bewegungsmangel (bei längeren Flugreisen, Autofahrten oder Krankheit)



Gehören Sie zu einer oder mehreren dieser Risikogruppen? Dann sollten Sie bei den ersten Anzeichen ein Facharzt (Phlebologen) aufgesucht. Ein erfahrener Arzt kann mit Hilfe des heute zur Verfügung stehenden technischen Equipments schmerz- und strahlenfrei eine Thrombose ausschließen oder feststellen und diese gegebenenfalls bestmöglich zu therapieren.

Obwohl Thrombosen sich im Gegensatz zu früher besser behandeln lassen, gilt auch hier wie bei allen Erkrankungen – **Vorbeugen ist die beste Medizin!** Je früher behandelt wird, desto einfacher die Therapie.



Grundsätzlich gilt: besser gehen als stehen, besser liegen als sitzen! Sollte sich das auf Grund der Berufswahl z.B. Friseurinnen oder Büroangestellte nicht vermeiden lassen, ist es sinnvoll Kompressionsstrümpfe zu tragen. Bei Krankenhausaufenthalten gilt generell so früh wie möglich wieder aufstehen. Ist dies nicht möglich, können selbst kleine Tätigkeiten wie das Wippen mit den Füßen nützlich sein. Diese Bewegung regt die Muskel-tätigkeit in den Beinen an und unterstützt damit die Flussgeschwindigkeit des Blutes.

Hofgartenklinik

Gefäßchirurgie, Phlebologie

Schwerpunkt Venenerkrankungen

Hofgartenstraße 6, 63739 Aschaffenburg

Telefon: 06021 303-0

www.hofgartenklinik.de



Auch Freizeitaktivitäten wie

- Schwimmen
- Fahrradfahren
- Laufen

regen die Beinmuskulatur an. Die dadurch ausgelöste Pumpwirkung unterstützt ebenfalls die Blutzirkulation. Treppensteigen statt Fahrstuhl fahren oder nur 10 Minuten täglich mehrmals mit den Füßen auf- und abwippen sowie eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme helfen, das Thromboserisiko zu minimieren. Bei Risikopatienten können gerinnungshemmende Medikamente eine Verstopfung der Venen vermeiden.

Wissenschaftler sind sich sicher, dass sich mit diesen Vorbeugemaßnahmen viele Fälle von venöser Thromboembolie vermeiden lassen.



SCHUHE

die Qual der Wahl – modisch oder gesund?

Unsere Füße sie tragen uns im Laufe unseres Lebens ca. 120.000 km. Auf durchschnittlich 1.500 Schritte pro Tag kommt ein Büroangestellter. Ein Briefträger schafft dagegen bis zu 18.000. Und wie viele Schritte gehen Sie?

Wir stellen mit unseren Füßen täglich Rekorde auf. Aber das hat auch Folgen: Die Füße jucken, brennen, schwellen an. Stunden langes Stehen und sitzen, gehen auf flachen harten Böden, Laufen in zu engen und /oder hochhackigen Schuhen. Dies führt zu gequetschten Zehen, es entstehen Hammerzehen und Ballen. Die Durchblutung wird schlechter, das führt zu Krampfadern.

Der Venenspiegel fragte die Venenfachärztin Frau Dr. Kallmann aus der Hofgartenklinik Aschaffenburg. Gibt es Schuhe, die den Füßen und Beinen gut tun und dabei trotzdem noch gut aussehen? „Alle Schuhe, in denen Füße keinen guten Halt haben, die den Fuß also nicht abstützen, ihm keine Möglichkeit zum Abrollen geben und in denen der Ballenbereich zu schmal ist, tun den Füßen nicht gut und schränken auch die Venenfunktion und Blutzirkulation ein.“

„So schön Schuhe mit hohen Absätzen aussehen hier rutscht fast die komplette Belastungsebene nach vorne. Dies verschlechtert die Funktion der Wadenmuskelpumpe.“



pe. Wenn man selten Pumps trägt, ist das kein Problem, aber dauerhaft nehmen die Venen Schaden. Das gleich gilt für sogenannte Flip Flops. Zeigen doch viele Studien, dass dies Latschen genauso wie High-Heels für Sehnen und Muskeln eine Tortur bedeuten“, so Frau Dr. Kallmann.

Schuhe und Strümpfe oder auch Röhrenhosen sollen niemals im Bereich der Beine, Waden, Knöchel und Füße einengen oder einschnüren, denn dies führt zu einem Blutrückstau in den Venen. Die Folge ist, dass Flüssigkeit aus den Gefäßen ins Gewebe gedrückt wird. Es können venöse Ödeme entstehen.

Flaches Schuhwerk sorgt dafür, dass der Fuß besser abrollen kann, was wiederum die Funktion der Wadenmuskelpumpe verbessert. Steht man in grader, natürlicher Haltung, verteilt sich das Körpergewicht zu etwa 90 Prozent auf das kräftige Fersenbein und zu 10 Prozent auf den Vorderfuß und Zehen. Bei tragen von hochhackigen Schuhen wird dieses Verhältnis Immens verschoben.

Fazit: Ob ein Schuh schön ist liegt immer im Auge des Betrachters. Das Beste für Ihre Füße ist und bleibt jedoch das Barfußlaufen, denn dabei wird die Fußmuskulatur optimal durchblutet.

VORSICHT!

Rote, stark juckende, auch nässende Ekzeme am unteren oder mittleren Unterschenkel haben so manche Therapien mit unzähligen Salben, Cremes und Lösungen jahrelang überstanden, ohne dass eine Besserung eintritt.

Frau Dr. med. Konstanze Kallmann schildert ein Beispiel aus der Praxis

Frau Anna B. hatte einen längeren Leidensweg hinter sich und litt seit geraumer Zeit an einer juckenden Hautentzündung an der Innenseite des linken Unterschenkels. Mit ihren zu Anfang leichten Beschwerden hatte sie verschiedene Ärzte aufgesucht. Teilweise wurde die Stelle als Pilzerkrankung oder einer Allergie behandelt. Eine weitere länger andauernde Behandlung mit einer Cortisonsalbe hatte die Haut an dieser Stelle noch empfindlicher gemacht. Zuletzt bildeten sich aufgrund einer Schwangerschaft noch Krampfadern, die jedoch nicht behandelt wurden, da sie keine Schmerzen verursachten.

Dass zwischen der juckenden Hautentzündung und den Krampfadern ein Zusammenhang besteht, hatte niemand bemerkt.

Frau B. machte sich aufgrund der dann doch schlimmer werdenden Krampfadern auf die Suche nach einem Phlebologen (Facharzt für Gefäßchirurgie) und kam so in die Hofgartenklinik nach Aschaffenburg. Die hier arbeitenden Venenspezialisten haben schnell erkannt, dass es sich bei den juckenden und roten Flecken um ein Stauungsekzem handelt. Und die wiederum deuteten auf eine Venenerkrankung im bereits fortgeschrittenen Zustand hin.

Das Ekzem ist die Folge einer Mangelversorgung der Haut, welche durch die Stauung des venösen Blutes in die Haut und Unterhaut hervorgerufen wird. Bei zusätzlicher trockener Haut ist die Haut anfällig und eine zusätzliche venöse Stauung kann ein Ekzem verschlechtern. Im schlimmsten Fall kann sich ein offenes Bein (Ulcus cruris) bilden.



Stauungsekzem wird zu oft zu spät erkannt

„Bei unklaren Hauterkrankungen an den Unterschenkeln, sowohl innen- als auch außenseitig, ist daher eine Untersuchung der Beinvenen zur Abklärung eventueller venöser Stauungen ratsam“, rät deshalb Frau Dr. med. Kallmann, Chirurgin, Gefäßchirurgin und Phlebologin aus der Hofgartenklinik. „Nach einer operativen Therapie der Krampfadern heilen die Ekzeme oft schon nach wenigen Tagen deutlich ab. Nach ca. zwei bis drei Wochen sind sie dann meist schon vollständig abgeheilt und zwar ohne weitere Therapie mit Salben und Cremes.“

Wenn sich ein Patient mit Stauungsekzem nicht zu einer Krampfaderoperation entschließt, kann man mit konservativer Therapie, das heißt mit speziell angepasstem Kompressionsstrümpfen, ebenfalls eine Besserung erreichen. In diesen Fällen müssen die Kompressionsstrümpfe allerdings dauerhaft und ständig getragen werden. Jedoch wird das Tragen von Kompressionsstrümpfen bei einem bestehenden Stauungsekzem als unangenehm empfunden.

Die Patientin hatte sich schlussendlich nach einem ausführlichen Arztgespräch für eine Operation entschieden.

„Natürlich hatte ich auch Angst vor dem Eingriff“, erinnert sich Frau B. „Die Beschwerden hatte ich lange nicht so ernst genommen. Ich bin aber froh, dass ich mich für die Operation entschieden habe und endlich wieder beschwerdefrei bin“, freut sich Frau B.



Dr. med. Konstanze Kallmann

Hofgartenklinik

Gefäßchirurgie, Phlebologie

Schwerpunkt Venenerkrankungen

Hofgartenstraße 6, 63739 Aschaffenburg

Telefon: 06021 3030

www.hofgartenklinik.de

Im HOMEOFFICE steigt das THROMBOSERISIKO

Arbeiten von zuhause aus: Das hat viele Vorteile. Zum Beispiel spart man sich den Weg zur Arbeit. Diese Zeit kann für andere Dinge genutzt werden. Und in der kleinen Pause wird mal eben die Wäsche aufgehängt oder das ersehnte Paket entgegengenommen. Doch so verlockend es ist, Homeoffice birgt auch Risiken. Darauf macht Frau Dr. Elisabeth Langer, Leitende Oberärztin der Klinik im Park, aufmerksam.



„Homeoffice – das bedeutet meist leider auch weniger Bewegung“, sagt Dr. Langer. „Denn im Homeoffice entfällt zum Beispiel der Weg morgens vom Parkplatz zum Büro oder vom Bus bis zur Arbeitsstätte. Stattdessen braucht man nur wenige Schritte, um vom Esstisch zum Schreibtisch zu wechseln. Weil die Meetings online stattfinden, bleibt man einfach am Rechner sitzen, statt zum Konferenzraum zu gehen.“

In der Corona-Pandemie arbeiten besonders viele Menschen am heimischen Schreibtisch, am Esstisch oder am Küchentisch. Sport, zum Beispiel im Verein oder im Fitnessstudio, ist nicht oder nur eingeschränkt möglich. Dies kann Folgen für die Beinvenen haben: „Wer lange sitzt und sich auch im Feierabend nicht ausrei-

chend bewegt, erschwert den Venen ihre Arbeit. Denn ohne die Unterstützung durch die Muskeln wird das Blut schlechter zurück Richtung Herz transportiert. Als Folge verbleibt es teilweise in den Beinen“, so Dr. Langer.

Das Blut staut sich, es „versackt“ in den Beinen. Die Fließgeschwindigkeit des Blutes verringert sich. Gleichzeitig steigt die Gefahr, dass sich ein gefährliches Blutgerinnsel, ein Thrombus, bildet. Löst es sich und wandert es Richtung Lunge, kann die Thrombose dort eine lebensgefährliche Lungenembolie verursachen. „Die Thrombosegefahr im Homeoffice sollte nicht unterschätzt werden. Denn so mancher Arbeitstag dauert länger als ein mehrstündiger Flug zum Urlaubsziel“, so Dr. Langer.

Neben dem Homeoffice gibt es weitere Risikofaktoren für die Entstehung einer Thrombose. Dazu gehören zum Beispiel längere Bettruhe nach einer Operation, Rauchen, die Einnahme der Anti-Baby-Pille und Übergewicht. Bei einer familiären Thromboseneigung, bei einer bereits überstandenen Thrombose, bei einem Alter über 60 Jahren und bei vorhandenen Krampfadern ist das Thromboserisiko ebenfalls erhöht.

Bei welchen Anzeichen sollte ich zum Arzt gehen?

Dr. Langer: Wenn der Fußknöchel, der Unterschenkel oder das gesamte Bein geschwollen ist, kann dies auf eine Thrombose hindeuten. Die Haut spannt und kann sich rot oder blau verfärben. Das betroffene Bein ist wärmer als das andere, die Wade schmerzt beim Auftreten. Wichtig: Ein Thrombose-Verdacht sollte immer sehr zeitnah ärztlich abgeklärt werden. Besondere Vorsicht ist bei Atemnot geboten, weil sie auf eine Lungenembolie hinweisen kann. Hier sollte sofort ein Arzt aufgesucht oder ein Rettungswagen gerufen werden.



Wie wird eine Thrombose behandelt?

Dr. Langer: In der Regel ist ein Krankenhausaufenthalt nicht notwendig. Die Thrombose kann ambulant mit Heparin-Spritzen oder medikamentös durch Tabletten behandelt werden. Ebenfalls wichtig ist es, Kompressionsstrümpfe zu tragen. Mit ihrem genau definierten Druckverlauf unterstützen die besonderen Strümpfe die Venen, das Blut kann leichter zurück Richtung Herz transportiert werden.

Was kann ich vorbeugend tun?

Dr. Langer: Bewegung ist wichtig. Sie hilft, die Venen gesund zu halten und Thrombosen vorzubeugen. Schon die Treppe statt den Aufzug zu nehmen oder das Rad statt das Auto zu nutzen, wirkt sich positiv aus. Es muss also nicht immer anstrengender Sport sein. Ebenfalls wichtig ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Im Homeoffice zum Beispiel kann man sich morgens direkt eine Flasche Wasser auf den Schreibtisch stellen, um das Trinken nicht zu vergessen. Wer regelmäßig stundenlang sitzt oder steht, kann seine Venen zudem durch das Tragen leichter Kompressionsstrümpfe unterstützen. Wer Krampfadern hat, sollte diese ärztlich abklären lassen. Die Untersuchung erfolgt schmerz- und risikolos mittels Ultraschall.



Frau Dr. Elisabeth Langer

Leitende Oberärztin der Klinik im Park

Klinik im Park

Venenzentrum Nordrhein-Westfalen
Hagelkreuzstraße 37, 40721 Hilden
Telefon: 02103 8960
www.klinik-im-park.de

„JEDE SCHWANGERE FRAU SOLLTE KOMPRESSIONSSTRÜMPFE TRAGEN“

Interview mit Chefarzt Dr. med. Michael Gerstorfer

Fast jede zweite Frau klagt über Krampfadern während der Schwangerschaft. Warum ist das so?

Gerstorfer: Schwangere haben einen höheren Druck im Bauch, da das Kind auf die große Hohlvene /Vena Cava im Bauch und auch auf die Beckenvenen drückt. Deshalb staut sich Blut in den unteren Extremitäten. Durch die Lage des ungeborenen Kindes, kann das Blut nicht so gut nach oben fließen, dadurch stauen sich die Venen.

Welche Beschwerden/Symptome hat man bei Krampfadern?

Gerstorfer: Meistens hat man schwere Beine, Schwellungen und ein Druckgefühl. Wenn die Beine hoch gelagert werden, bessern sich normalerweise die Beschwerden. Beinkrämpfe in der Nacht, Hautverfärbungen können auch auftreten.

Wie soll man Krampfadern in der Schwangerschaft behandeln?

Gerstorfer: Wir versorgen unsere schwangeren Patientinnen mit einer Kompressionsstrumpfhose, weil diese auch die Leistenregion stützt. Auch Oberschenkellange Strümpfe lindern schon. Wenn eine schwangere Patientin mit ausgeprägten Krampfadern in die Praxis kommt, raten wir ausnahmslos zu einer Kompressionstherapie. Diese Patientinnen sowie auch die mit Thrombosen sehen wir einmal je Schwangerschaftsabschnitt und dann zum Ende hin mehrmals. Durch die vermehrte Flüssigkeitsansammlung nehmen Schwellungen meist zu und dadurch wird die Kompression im Laufe der Schwangerschaft eventuell zunehmend unangenehm. Dann muss die Kompressionsversorgung angepasst werden. Bei Risikofällen wird eventuell mit einer Heparin Therapie zur Blutverdünnung angefangen, um einer Thrombose vorzubeugen.

Benötigen die Patientinnen mit Krampfadern nach der Geburt eine weiterführende Behandlung?

Gerstorfer: Ja, ca. 6 Monate nach der Geburt, wird die individuelle Therapie auf die Patientin zugeschnitten, wie z.B. Lasertherapie. Voraussetzung ist, dass die Patientin nicht mehr stillt. Wir begleiten die Patientinnen in der gesamten Zeit sehr engmaschig, um ggfls. schnell reagieren zu können.

Können sich nach der Geburt Krampfadern wieder zurückbilden?

Gerstorfer: Jede Patientin hat ein anderes Bindegewebe. Oft bilden sich die Gefäße nach der 1. Schwangerschaft zurück. Je mehr Kinder die Frau bekommt, desto größer ist die Gefahr, dass Krampfadern entstehen.



Mein RAT an alle Patientinnen:

Jede schwangere Frau sollte bitte Kompressionsstrümpfe tragen. Lassen Sie sich von einem Gynäkologen, Phlebologen oder lassen Sie sich in einem Sanitätshaus vom dortigen Fachpersonal beraten.

Wir raten allen schwangeren Frauen, sich viel zu bewegen.

Möglichst das Gewicht in der Norm zu halten.

Spaziergehen ist in der Schwangerschaft perfekt. Es regt die Durchblutung an. Wassersportarten sind empfehlenswert. Schwimmen im See oder im Schwimmbad, jedoch bitte nicht im Thermalwasser.

Füße immer wieder hochlagern. Wenn möglich, auch nachts die Füße auf ein Kissen legen.

Wenn Sie sich hinlegen, dann am besten auf die linke Seite. Somit werden die Hohlvenen auf der rechten Seite entlastet. Es wird weniger Druck auf sie ausgeübt.

Füße nicht beim Sitzen überkreuzen.

Möglichst nicht für längere Zeit auf derselben Stelle stehen.



Dr. med. Michael Gerstorfer

Schlossklinik Abtsee

Spezialklinik für Venenerkrankungen
Experten für Lip- und Lymphödeme
Abtsee 31, 83410 Laufen
Telefon: 08682 917156
www.schlossklinik-abtsee.de

VENEN **Wiki**

Krampfadern (Varizen)

Krampfadern, auch Varikose oder Varizen genannt, sind Erweiterungen der oberflächlichen Venen. Sie treten in der Regel an den hautnahen Beinvenen auf, aber auch innen liegende Krampfadern sind keine Seltenheit. In frühen Stadien machen sich Krampfadern häufig durch schwere, schmerzende oder müde Beine bemerkbar, die nach langem Stehen oder Sitzen anschwellen können.

Besenreiser

Besenreiser sind kleinste Adern in der Haut, die sich durch Elastizitätsverlust erweitert haben. Sie sind mit Blut gefüllt und daher durch die Haut als hellrote Gefäßbäumchen, dunkelblaue Äderchen oder rötliche Flecken sichtbar.

Sie treten gehäuft an den Beinen auf, verursachen in der Regel keine Beschwerden, können aber erste Anzeichen einer tiefer liegenden Venenerkrankung sein. Dies sollte vor der Behandlung von einem Venenspezialisten (Phlebologen) abgeklärt werden.

Venenentzündung

Zu langsam fließendes Blut verdickt sich immer stärker und „versumpft“ regelrecht. Daraus kann sich eine schmerzhaft oberflächliche Venenentzündung ausbilden.

Thrombose

Klappendefekte in den oberflächlichen Stammvenen führen zum permanenten Blutrückstrom, der auf Dauer auch das tiefe Venensystem überlastet. Der Blutfluss wird träger, es können sich Gerinnsel bilden und die Vene verstopfen. Eine sehr ernste Erkrankung.

Ulcus cruris

Das offene Bein (Ulcus cruris) ist häufig die Spätfolge eines lang andauernden unbehandelten Venenleidens. Therapieresistente offene Beine werden entweder konservativ mit einer intensiven Ulcusbehandlung oder auch operativ mit dem sogenannten Shave-Verfahren behandelt. Darunter versteht man die großzügige Exzision des Ulcusareals mit anschließender plastischer Hautdeckung (Mesh graft Hauttransplantation).

Bei der konservativen Ulcusbehandlung wird eine intensive Wundtherapie und insbesondere auch Kompressionsbehandlung vorgenommen in Kombination mit intensiver Physiotherapie.

Lymphödem

Ödem heißt Schwellung. Bedingt durch eine Störung des Lymphabflusses lagert sich Wasser im Gewebe ein. Das Lymphödem ist die einzige Ödemform, bei der Flüssigkeit direkt in der Hautschicht lagert und nicht darunter. Lymphödeme treten meist an Beinen auf. Oft ist aber nur ein Bein betroffen. Da sich Lymphödeme nicht von selbst zurückbilden, sollte bei Anzeichen ein Lymphologe aufgesucht werden. Das Lymphödem ist eine chronische Erkrankung, die eine lebenslange Behandlung erfordert. Das bedeutet nicht, dass das Lymphödem unheilbar ist. Es kann in einen jeweils besseren Zustand geführt werden, denn es gibt sehr viele Behandlungsoptionen, die eine gute Ödemreduktion und Vorbeugung der Flüssigkeitsansammlung gezeigt haben.

Lipödem

Beim Lipödem handelt es sich um eine vererbte Fettverteilungsstörung mit einer vermehrten Ödemneigung, vorwiegend in den Beinen. Betroffen sind Frauen. Das Lipödem zeigt sich in Form unproportioniert dicker Beine bei häufig schlankem Rumpf. Die umschriebenen Fettpolster treten stets beidseitig auf und sind nicht Folge von Übergewicht. Diäten helfen nicht. Betroffen sind auch Hüften, Oberschenkel und Unterschenkel bis zur Knöchelregion; die Fußrücken bleiben immer frei. Typisch für Lipödeme ist Druckschmerzhaftigkeit mit blauen Flecken nach geringen Berührungen.

TERMINE

Venen-Aktionstage der Deutschen Venen-Liga e.V.

Januar	08.01.2021	Hilden (Nordrhein-Westfalen)	DVL-Geschäftsstelle West	02103 242691
	22.01.2021	Bad Bertrich (Rheinland-Pfalz)	DVL-Hauptgeschäftsstelle	02674 1448
Februar	05.02.2021	Hilden (Nordrhein-Westfalen)	DVL-Geschäftsstelle West	02103 242691
März	05.03.2021	Hilden (Nordrhein-Westfalen)	DVL-Geschäftsstelle West	02103 242691
	06.03.2021	Laufen (Bayern)	DVL-Geschäftsstelle Süd	08682 917116
	20.03.2021	Bad Bertrich (Rheinland-Pfalz)	DVL-Hauptgeschäftsstelle	02674 1448
April	16.04.2021	Laufen (Bayern)	DVL-Geschäftsstelle Süd	08682 917116
	24.04.2021	19. Deutscher Venentag® Bundesweite Aufklärungskampagne		
Mai	14.05.2021	Hilden (Nordrhein-Westfalen)	DVL-Geschäftsstelle West	02103 242691
	22.05.2021	Bad Bertrich (Rheinland-Pfalz)	DVL-Hauptgeschäftsstelle	02674 1448
Juni	11.06.2021	Hilden (Nordrhein-Westfalen)	DVL-Geschäftsstelle West	02103 242691
	12.06.2021	Bad Bertrich (Rheinland-Pfalz)	DVL-Hauptgeschäftsstelle	02674 1448
	17.06.2021	Laufen (Bayern)	DVL-Geschäftsstelle Süd	08682 917116
Juli	09.07.2021	Hilden (Nordrhein-Westfalen)	DVL-Geschäftsstelle West	02103 242691
	16.07.2021	Laufen (Bayern)	DVL-Geschäftsstelle Süd	08682 917116
August	06.08.2021	Hilden (Nordrhein-Westfalen)	DVL-Geschäftsstelle West	02103 242691
	21.08.2021	Bad Bertrich (Rheinland-Pfalz)	DVL-Hauptgeschäftsstelle	02674 1448
	27.08.2021	Laufen (Bayern)	DVL-Geschäftsstelle Süd	08682 917116
September	10.09.2021	Hilden (Nordrhein-Westfalen)	DVL-Geschäftsstelle West	02103 242691
	17.09.2021	Laufen (Bayern)	DVL-Geschäftsstelle Süd	08682 917116
Oktober	08.10.2021	Hilden (Nordrhein-Westfalen)	DVL-Geschäftsstelle West	02103 242691
	14.10.2021	Laufen (Bayern)	DVL-Geschäftsstelle Süd	08682 917116
	16.10.2021	Bad Bertrich (Rheinland-Pfalz)	DVL-Hauptgeschäftsstelle	02674 1448
November	05.11.2021	Hilden (Nordrhein-Westfalen)	DVL-Geschäftsstelle West	02103 242691
	19.11.2021	Laufen (Bayern)	DVL-Geschäftsstelle Süd	08682 917116
Dezember	02.12.2021	Hilden (Nordrhein-Westfalen)	DVL-Geschäftsstelle West	02103 242691

Weitere Termine finden Sie unter www.venenliga.de

— VENENZENTREN —



Wir sind Spezialisten

Eine einheitliche Therapieempfehlung gibt es nicht. Deshalb ist es wichtig, sich in spezialisierten Venen-Zentren untersuchen und behandeln zu lassen, wo das Spezialistenteam viel Erfahrungen in der Venenheilkunde hat und eine große Palette moderner und bewährter Behandlungstechniken anbietet.

Mosel-Eifel-Klinik

Fachklinik für Venenerkrankungen
und Rezidiv-Operationen

Kurfürstenstr. 40, 56864 Bad Bertrich
Telefon: 02674 9400
www.venen.de

Klinik im Park

Venenzentrum Nordrhein-Westfalen

Hagelkreuzstr. 37, 40721 Hilden
Telefon: 02103 8960
www.klinik-im-park.de

Hofgartenklinik

Gefäßchirurgie, Phlebologie
Schwerpunkt Venenerkrankungen

Hofgartenstr. 6, 63739 Aschaffenburg
Telefon: 06021 303186
www.hofgartenklinik.de

Franz von Prümmer Klinik

Venenkompetenz im Dreiländereck Rhön

Bahnhofstr. 16, 97769 Bad Brückenau
Telefon: 09741 8980
www.franz-von-pruemmer-klinik.de

Schlossklinik Abtsee

Fachklinik für Venenerkrankungen,
venöse Rezidiv- und Ulcusoperationen

Abtsee 31, 83410 Laufen
Telefon: 08682 917156
www.schlossklinik-abtsee.de

Impressum

Herausgeber und Redaktion

Deutsche Venen-Liga e.V., Geschäftsführerin: Petra Hager-Häusler,
Sonnenstraße 6, 56864 Bad Bertrich, Tel.: 02674 1448, info@venenliga.de, www.venenliga.de

Amtsgericht Koblenz, Vereinsregister-Nr.: 3432, Steuernummer: 40 / 670 / 0162 / 9

Gesamtherstellung

InDemand Printing GmbH, Niederstraße 3, 40789 Monheim am Rhein,
Tel.: 02173 27570-76, info@idprinting.de, www.idprinting.de

Fotos

Venen-Liga Geschäftsstellen, Kliniken, GesundLand Vulkaneifel/M.
Rothbrust und D.Ketz., www.stock.adobe.com/de

Für den Inhalt der Inserate wird keine Haftung übernommen. Beiträge – auch Anzeigen und Beilagen – geben nicht notwendig die Auffassung des Herausgebers bzw. der Redaktion wieder. Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte, Unterlagen, Fotos, CDs und Disketten wird keine Gewähr übernommen. Die Redaktion behält sich bei Veröffentlichung von Zuschriften das Recht von Kürzungen vor.



Das ELVeS® Radial® Laser- verfahren lässt Krampfadern verschwinden

Lasertherapie für gesunde und schöne Beine

- Kurze Behandlungsdauer
- Schmerzloser Nachbehandlungsverlauf
- Keine Narbenbildung
- Schnelle Wiederaufnahme normaler Aktivitäten
- Exzellente medizinische und kosmetische Ergebnisse

Die biolitec® ist ein führendes Medizintechnik-Unternehmen im Bereich minimal-invasiver Lasertherapien. Das von der biolitec® entwickelte ELVeS® Radial®-Laser-
verfahren ist das weltweit am häufigsten verwendete Laserverfahren zur Behandlung
von Krampfadern. Wenn Sie wissen möchten, welcher Arzt in Ihrer Nähe die Laser-
therapie anbietet, rufen Sie uns unter der 01805 / 010 276* an.

Den passenden Arzt und viele weitere Informationen
finden Sie auch unter www.info-krampfader.de

* 14 Cent/Minute aus dem dt. Festnetz

biolitec biomedical technology GmbH
Otto-Schott-Str. 15
D-07745 Jena



Geschäftsstellen

Geschäftsstelle West

Hagelkreuzstraße 37, **40721 Hilden**
Tel. 02103 242691
info-west@venenliga.de
www.venenliga.de

Hauptgeschäftsstelle

Sonnenstraße 6, **56864 Bad Bertrich**
Telefon: 02674 1448
info@venenliga.de
www.venenliga.de

Geschäftsstelle Mitte-Ost

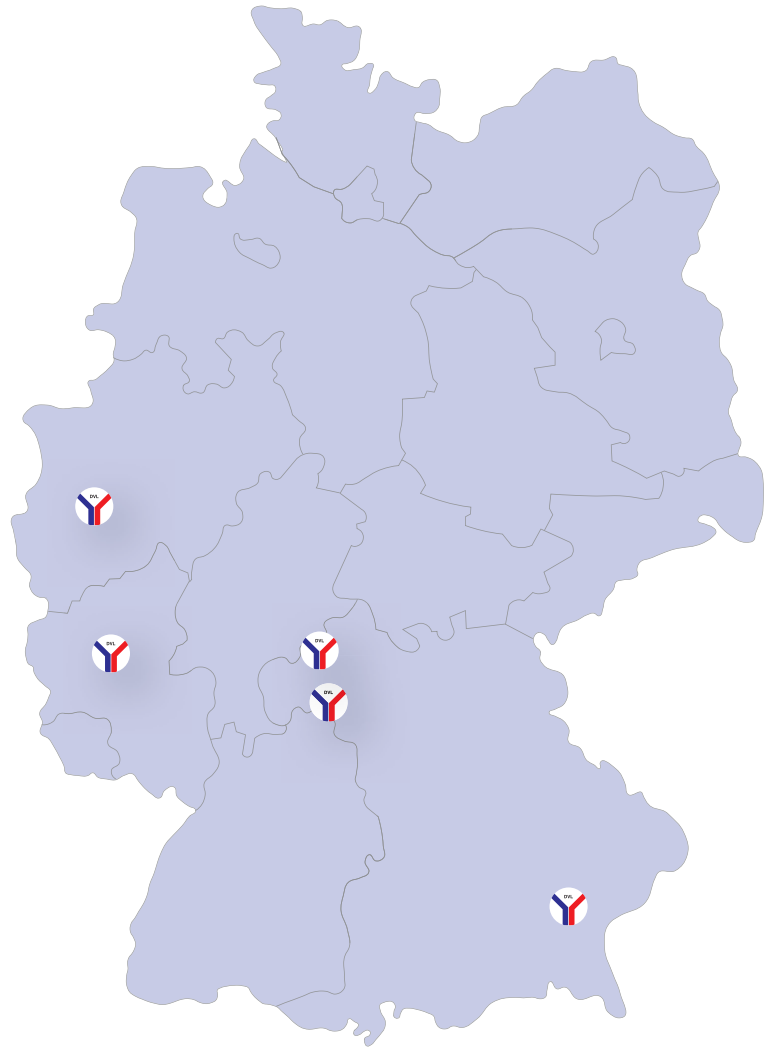
Bahnhofstraße 16, **97769 Bad Brückenau**
Tel. 09741 910916
info-mitteost@venenliga.de
www.venenliga.de

Geschäftsstelle Mitte

Bustellstraße 5, **63739 Aschaffenburg**
Tel. 06021 4522596
info-mitte@venenliga.de
www.venenliga.de

Geschäftsstelle Süd

Abtsee 33, **83410 Laufen**
Tel. 08682 7531
info-sued@venenliga.de
www.venenliga.de



Gebührenfreie Venen-Hotline: 0800 4443335