

# Venenbeschwerden

Von Dr. Detlef Eichberg



Ein eher trockenes Thema, zumindest für diejenigen, die nicht unter Schweregefühl, Kribbeln, Brennen und Schmerzen der Beine zu leiden haben. Vor allem in der warmen Jahreszeit, wenn unser Kreislaufsystem zu Höchstleistungen angetrieben wird, sind die Venen der unteren Extremitäten stark beansprucht: Die Gefäße sind infolge der Wärmeeinwirkung mehr als üblich geweitet, das Blut sackt sozusagen beim Stehen ab und nun müssen die Venen mit ihrer Pumpleistung helfen, den roten Saft wieder aufwärts zu befördern. Da leiert man mit der Zeit schon mal gerne aus. Die Venen verlieren ihre Elastizität, Blut staut sich in den venösen Gefäßen, Krampfadern entstehen. Die genauen Ursachen einer chronischen Venenerkrankung sind letztlich immer noch nicht umfassend geklärt. Gesichert sind erbliche Vorbelastung, Bewegungsmangel, Nieren- und Lebererkrankungen (Rückstau des Blutes führt zu Venenstress), Herz-Kreislauf-Probleme, Übergewicht, Rauchen, stehende Tätigkeiten. Daher kann man mit Gymnastik (besonders drehende, wippende Bewegungen mit den Füßen), Wandern, Fahrradfahren, Entlastung durch Hochlegen der Beine, Nichtrauchen und eventuell Gewichtsreduktion, vorbeugen. Man sollte beachten, dass bei Diabetes eine mögliche Gefäßschädigung der Auslöser von Venenerkrankungen sein kann. Weitere Risikosituationen (eventuelle Gegenmaßnahmen in Klammer) stellen hohe Temperaturen (Kaltwasseranwendungen), Östrogeneinnahme (unbedingt auf

Rauchen verzichten!), Schwangerschaft (Stützstrümpfe), längere Bettlägrigkeit (leichte Gymnastik mit den Beinen), operative Eingriffe (Stützstrümpfe, Thrombosespritzen) und lange Flugreisen dar (Venengymnastik, Stützstrümpfe, Thromboseprophylaxe).

Durch Beantwortung eines standardisierten Fragebogens kann auch der medizinische Laie erste Anhaltspunkte für eine Venenproblematik herausfinden. Alles weitere an Diagnostik gehört dann in die Hand der Ärzte. So zum Beispiel die Darstellung der Strömungseigenschaften des Blutes mittels Ultraschall, die Venenfunktionsprüfung durch Infrarotverfahren, spezielle Druckmessverfahren zur Bestimmung der Speicher- und Entleerungskapazität der Venen, sowie die seltenere Röntgenuntersuchung mit Kontrastmittel. Die effektivste Form der Therapie stellen operative Eingriffe dar. Beim „Venenstripping“ wird nach zwei kleinen Schnitten die erkrankte Stammvene mit einer Sonde herausgezogen.

Oder man lässt mittels einer Laser-Sonde, die durch die betroffenen Gefäße gezogen wird, die kaputte Vene den Hitzetod sterben. Auch Radiowellen können durch Hitzeeinwirkung Venen verschließen. Die Verödung ist des Weiteren mit chemischen Mitteln wie Polidocanol möglich, das in die Vene gespritzt wird.

Als unterstützende Therapiemaßnahmen zuhause kann man Kaltwasseranwendungen, Kompressionsstrümpfe oder Wickelverbände (Pütterverband unter Anleitung!) anwenden. „Abodähschesach“ in Form von rezeptfreien Salben und einzunehmenden Präparaten können ebenfalls zu Hilfe genommen werden. Bei letzterem handelt es sich vornehmlich um Naturstoffe wie Rosskastanienextrakte, Extrakte aus rotem Weinlaub und Mäusedornwurzel, wie auch Einzelstoffe aus diesen Extrakten. Für die äußerliche Anwendung empfiehlt sich der Einsatz von Latschenkiefer-Franzbranntwein, Arnika-Einreibungen und Heparin-Salben. Schließlich lohnt sich ein Versuch mit Stoffen, welche die Fließeigenschaften des Blutes verbessern, wie da wären: niedrig dosierte Acetylsalicylsäure und Ginkgo-Extrakte. Enzyme (Wobenzym) halten das Blut ebenfalls flüssig und beugen Entzündungen der Venen vor.

Auch wenn´s kosmetisch mitunter nicht ins gängige Konzept passt - net ärschern losse mit Sprisch wie „Host Du Kartoffelsäck um die Boh?“