

# Bewegung hilft den Venen

Gefäßspezialistin des Alsfelder Kreiskrankenhauses informiert zu Therapien bei Krampfaderleiden

**ALSFELD** (red). Meist bekommen wir es nicht wirklich mit, doch für den Körper ist es Schwerstarbeit: das Blut aus den Füßen wieder zurück in Richtung Herz gegen die Schwerkraft zu transportieren. Das machte Salima Nabitaka, Oberärztin der Gefäßchirurgie am Kreiskrankenhaus des Vogelsbergkreises in Alsfeld (KKA), gleich zu Beginn des Vortragsabends in der Cafeteria deutlich. Krampfadern und die Therapie bei Beschwerden standen an diesem Abend im Mittelpunkt. Denn immer wieder sorgen die Krampfadern, medizinisch „Varikosen“ genannt, für Beschwerden.

Die Gefäßkrankheit, die in den oberflächlichen Beinvenen auftritt, zeichnet sich durch unregelmäßig geschlängelte und dauerhaft erweiterte Venen aus. Von den drei Venensystemen im Bein, den tiefer liegenden Beinvenen, den Stamm- oder Oberflächenvenen und den Verbindungsvenen zwischen Oberflächenvenen und Tiefenvenen, sind in der Regel die beiden letztgenannten betroffen, weiß die Expertin. „Entgegen der Schwerkraft wird in den Beinvenen das Blut vom Fuß nach oben in Richtung Herz gepumpt. Dabei helfen die Venenklappen und die sogenannte Waden-Muskel-Pumpe“, sagte Nabitaka. Schließen die Venenklappen nicht mehr richtig, strömt ein Teil des Blutes fusswärts zurück, es kommt zu Stauungen in den Venen und diese erweitern sich zunehmend. Eine Folge sind Krampfadern oder Varikosen. „Risikofaktoren sind beispielsweise eine vererbte Bindegewebsschwäche, zunehmendes Alter, stehende Tätigkeiten, Schwangerschaft oder Übergewicht“, führte sie weiter aus. In verschiedenen Stadien können schließlich – neben Problemen kosmetischer Natur – Spannungsgefühle, schwere Beine, Schwellungsneigung, Schmerzen beim langen Stehen, abendliche Ödeme oder Juckreiz entstehen. Meist liegt dann eine sogenannte primäre Form des Krampfaderleidens vor. „Eine sekundäre Varikose entsteht beispielsweise durch eine



Salima Nabitaka informiert zum Thema Krampfadern.

Foto: KKA

Thrombose in einer tieferliegenden Beinvene. Das Blut sucht sich einen anderen Weg, überlastet dabei aber die oberflächlichen Venen“, führte Nabitaka aus. Schreitet die Krampfaderbildung fort, können weiter Entzündungen, Hautveränderungen, Thrombosen oder offene Beine auftreten.

Um die Beschwerden zu lindern oder die negativen Auswirkungen zu behandeln, stehen verschiedene Möglichkeiten zur Verfügung. „Mehr Bewegung, ein gesünderer Lebensstil, gezieltes Training und das Tragen von speziellen Kompressionsstrümpfen oder das Bein wickeln, können die Venen bei ihrer Arbeit unterstützen“, erläuterte die Medizinerin.

Allerdings gibt es Krankheitsbilder, bei denen diese Maßnahmen nicht hilfreich sind und die operative Therapieplanung angepasst werden muss. Das sogenannte Venenstripping-Verfahren, bei dem betroffene Venen entfernt werden, und minimale invasive Behandlungsverfahren zum Beispiel die Radiofrequenzablation, bei der gezielt die geschädigten Teile der Beinvene mittels Hitze verödet werden, führte Nabitaka aus. Sind es beim Stripping jeweils ein Schnitt in der Leistengegend und am Knöchel, reicht bei der Radiofrequenz-

ablation eine Venenpunktion am Unterschenkel oder Knöchel. „In einer ambulanten OP wird dann ultraschallüberwacht ein kleiner Katheter, der mit Hochfrequenzenergie betrieben wird, in der Beinvene vorgeschoben und Hitze wird an die Venenwand abgegeben, die Venenwand schrumpft und die Vene wird dicht verschlossen“, beschrieb Nabitaka das seit zwei Jahren am Kreiskrankenhaus eingesetzte Verfahren. Anders als beim Stripping wird sehr gewebeschonend verfahren, da die Vene an ihrer Stelle behandelt wird. Nach dem Verschluss der kranken Vene bei der Radiofrequenzablation oder nach dem Ziehen beim Venenstripping findet das Blut selbst den Weg in die gesunden Venen.

Abschließend weist die Medizinerin darauf hin, dass man mit gezielter Prophylaxe viele Komplikationen umgehen kann. Sollten doch Beschwerden auftreten, soll lieber früher als zu spät Rat und Hilfe gesucht werden. „Am Kreiskrankenhaus Alsfeld ist das beispielsweise in der Gefäßsprechstunde möglich, in der immer dienstags und donnerstags Hals-, Bauch-, Becken- und Beingefäße untersucht und gezielte Therapie besprochen werden können.“