

Volkserkrankung Venenleiden

Venenkreislauf

Rund 5 Liter Blut fliessen in den Adern eines Menschen mit einem Körpergewicht von etwa 70 Kilogramm. Dabei transportieren die Arterien das Blut vom Herzen weg in alle Körperteile und Organe; in den Venen fliesst es zum Herzen zurück. Venenklappen steuern die herzwärts gerichtete Flussrichtung. Man unterscheidet zwischen dem tiefen Venensystem, das in den Muskeln verläuft, und dem oberflächlichen, das unter der Haut liegt. Die beiden Systeme sind mit einer Vielzahl von Verbindungsvenen, den sogenannten Perforansvenen, verbunden.

An den Beinen erfolgt dies über die tiefen-, oberflächlichen- und Perforansvenen, wobei das tiefe Venensystem 90% und das oberflächliche 10% des venösen Rückstromes aus den Beinen sammelt. In diesen Gefässen herrscht ein sehr geringer Druck, deshalb ist die Wand sehr dünn. Eine Besonderheit der Venen sind die Taschenklappen, die eine Ventilfunktion haben und somit einen Rückfluss vom Blut verhindern. Ist die Spannung der Venenwand abgeschwächt wird in der Folge die Schlussfähigkeit der Venenklappen geschwächt, was zu einem Blutrückfluss führt und somit den Beginn einer venösen Erkrankung (= **venöse Insuffizienz**).

Folgerscheinung von Venenschwäche

- **chron. venöse Insuffizienz:** chron. Abflussstörung mit Druckveränderungen in den Venen, dadurch Stoffwechselstörung im umgebenden Gewebe (Hautschäden, offene Beine).

- **Krampfadern:** durch den Blutstau bilden sich mit der Zeit krumme und geschlängelte Venen – die Krampfadern. Einmal begonnen schreitet dieses Krankheitsbild unbehandelt immer weiter fort.

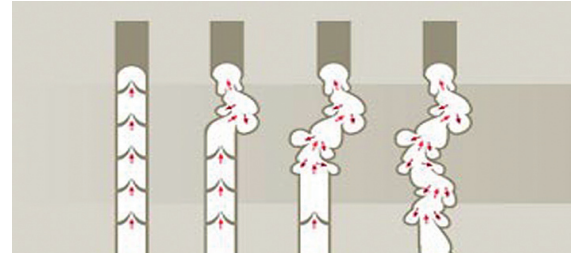
- **oberflächliche Venenentzündung:** durch den chronischen Stau entstehen auf Basis der Krampfadern Venenentzündungen und oberflächliche Thrombosen.

- **tiefe Venenthrombosen:** Bildung von gefährlichen Blutgerinnseln im tiefen Venensystem die den Blutrückfluss zum Herzen behindern mit der Gefahr einer Embolie (= Lösung von Blutgerinnseln und Verschleppung in die Lunge).

Venenleiden werden mit konventionellen und ganz neuen Methoden behandelt:

- Kompression mit Verbänden und Strümpfen
- Durch den Einsatz von Laserstrahlen von aussen (Ellipse) und von innen (ELVeS)
- Schrumpfung durch Radiowellen (VNUS-Closure)
- Die venenerhaltende CHIVA-Methode
- Die Verödung mittels Spritzen (Schaum- und Biosklerotherapie)
- Die Operation

Für jeden einzelnen Patienten und sein ganz spezielles Beinproblem müssen aus den bestehenden Möglichkeiten die optimale Mischung herausgesucht werden – je nachdem, welches Ausmass die Venenkrankheit bereits erreicht hat und wie stark die Beschwerden sind.



Krampfadern entwickeln sich von oben nach unten. Sind die oberen Venenklappen defekt, wächst der Druck auf die darunterliegenden, die dadurch wiederum zerstört werden.



Was kann man selbst tun?

Beinleiden sind zwar in vielen Fällen genetisch bedingt, dennoch kann dem Risiko oder der Schwere einer Erkrankung mit gezielten Massnahmen und Verhaltensweisen wirksam begegnet werden. Dazu gehören unter anderem:

- Venengymnastik:

- Laufen und Liegen anstatt Sitzen und Stehen
- Fusswippen und kreisen
- Kniebeugen
- Treppensteigen
- Radfahren
- Schwimmen

- Entlastung der Beine: Beine hochlagern

- Lockere Kleidung und Schuhe: Nichts Einschnürendes, Flache Absätze

- Kaltwasseranwendungen: Wassertreten, Kalter Beinguss

- Übergewicht reduzieren und Ernährungsstellung: nicht zu fett und vollwertige Kost

Weiterführende Infos

- www.venen.ch
- www.venenliga.ch
- www.venenclinic.ch