

# Wenn der Blutfluss stockt

Gesunde Beine sind schöne Beine. In **bleibgesund** erklärt die Karlsruher Gefäßschirurgin Dr. Petra Bolz, warum Krampfadern mehr als ein kosmetisches Problem sind und mit welchen Methoden sich die lästigen Varizen behandeln lassen.



Mittels Ultraschall untersucht Petra Bolz die Strömungsverhältnisse des Blutes, Gefäßwände sowie Venenklappen im Bein einer Patientin.

## Frau Dr. Bolz, was genau sind Krampfadern und wie entstehen sie?

Von Krampfadern, den so genannten Varizen, spricht man bei knotig-erweiterten, geschlängelt verlaufenden Beinvenen. Venenleiden sind eine Volkskrankheit, die etwa 40–50 Prozent der Erwachsenen betrifft. Wenn in den oberflächlichen Beinvenen der Klappenmechanismus versagt, kann das Blut nicht mehr richtig zum Herz transportiert werden. Es staut sich nach unten und dies führt dazu, dass sich Venen ausbuchen.

## Gibt es Risikofaktoren, die die Entstehung von Varizen begünstigen?

Als Hauptursache gelten genetische Faktoren – eine angeborene Schwäche des Bindegewebes. Die Elastizität der Venen lässt aber auch mit zunehmendem Alter nach. Daneben können Übergewicht, Rauchen, Bewegungsmangel und regelmäßiges langes Stehen und Sitzen – oft berufsbedingt – die Venen zusätzlich belasten und den Blutfluss beeinträchtigen. Das Risiko für die Bildung von Krampfadern steigt zudem bei Hormoneinnahme oder Schwangerschaft.

## Wie können Schwangere Krampfadern vorbeugen?

In der Schwangerschaft transportieren die Venen etwa 20 Prozent mehr Blutvolumen. Hier können Kompressionsstrümpfe eventuell auftretende Beschwerden lindern: Durch den Druck von außen beschleunigen die Strümpfe den Blutfluss. Es empfiehlt sich außerdem, die Füße so oft wie möglich hochzulegen – auch nachts. Kalte Beingüsse tun jetzt ebenfalls gut, denn durch die Kälte ziehen sich die Gefäße zusammen.

**Sind Krampfadern bedenklich?**

Eindeutig ja – sie sind keinesfalls ein rein ästhetisches Problem. Varizen können schmerzen, ein Schweregefühl in den Beinen auslösen, zu Wadenkrämpfen, Rötungen, Schwellungen oder Entzündungen führen. Im schlimmsten Fall drohen Geschwüre, offene Beine oder Thrombose.

**Wann sollte man einen Arzt konsultieren?**

Wer Krampfadern entdeckt, sollte nicht zögern, sondern frühzeitig eine Kontrolluntersuchung beim Arzt vereinbaren, damit erst gar keine gesundheitlichen Probleme entstehen. Komplikationen wie etwa Verfärbungen der Haut können nicht mehr rückgängig gemacht werden.

**Welche Maßnahmen gibt es, um Krampfadern zu entfernen?**

Grundsätzlich richtet sich die Therapie nach Ort und Typ der Varizen sowie nach Stadium und Schweregrad der Erkrankung. Leichtere Formen von Seitenastkrampfadern können ambulant verödet werden. In einem fortgeschrittenen Stadium muss eine Operation erfolgen: Hierbei unterscheidet man zwischen dem klassischen Venen-Stripping und neuen Technologien wie der so genannten Radiowellentherapie, die eine ambulante Behandlung erlauben.

**Was geschieht beim Venen-Stripping?**

Beim Venen-Stripping, das in der Regel eine Vollnarkose und kleine Schnitte erfordert, wird der defekte Venenabschnitt mittels einer Sonde herausgezogen und entfernt. Das bewährte Standardverfahren wird heute als minimalinvasiver Eingriff angeboten, bei dem nur wenige und kleine Hautschnitte benötigt werden.

**Welche Vorteile bietet die Radiowellentherapie?**

Bei diesem derzeit modernsten Operationsverfahren wird die Vene über einen

**Radiowellentherapie – die sanfte Alternative**

Im Bereich **Krampfaderbehandlungen** umfasst das Leistungsangebot der AOK Baden-Württemberg neben dem herkömmlichen Verfahren des „Venen-Strippings“ die **minimalinvasive ambulante Verödung von Krampfadern**. Dabei kann zwischen einer **Radiowellentherapie** und einer **Lasertherapie** gewählt werden.

Ob eine solche Therapieform in Frage kommt, entscheidet der behandelnde Arzt nach eingehender Untersuchung.

Die Therapie ist für AOK-Versicherte kostenfrei. Eine Nachbehandlung ist inbegriffen. Bei Fragen zur Kostenübernahme erhalten Betroffene eine persönliche Beratung im AOK-KundenCenter.

**Weitere Infos gibt's unter [www.aok-bw.de/leistungen](http://www.aok-bw.de/leistungen) > Stichwort „endovenöse Therapie“.**



**Bei der Radiowellentherapie wird ein Katheter in die Vene eingeführt. Durch die Abgabe von Wärmeenergie verödet die Krampfader von innen.**

Katheter von innen durch kontrollierte Hitzeeinwirkung verödet. Da die Behandlung unter örtlicher Betäubung stattfindet, eignet sie sich auch für Menschen mit Nebenerkrankungen. Ein Leistenschnitt ist nicht erforderlich, und die bei konventionellen Operationen üblichen Blutergüsse bleiben aus. Es verbleiben weniger und kleinere Narben. Die meisten Patienten sind nach der OP beschwerdefrei und können sofort ihrem Alltag nachgehen.

**Kann man Varizen vorbeugen?**

Durch das Vermeiden von Übergewicht, eine gesunde, ballaststoffreiche Ernährung und regelmäßige Bewegung kann jeder sein persönliches Krampfader-Risiko senken. Leicht merken lässt sich auch die Drei-S-drei-L-Regel: „Sitzen und Stehen ist schlecht – lieber Liegen oder Laufen.“

☎ [www.praxis-dr-bolz.de](http://www.praxis-dr-bolz.de)