

DIE BESTEN UND NEUESTEN THERAPIEN Gesunde Venen, schöne Beine

Der nächste Sommer kommt bestimmt. Und wer von uns träumt nicht von makellosen Beinen. Jetzt ist die beste Zeit für einen Eingriff



UNSER EXPERTE:
Dr. med. Johann C. Ragg
vom angioclinic
Venenzentrum Berlin
(www.angioclinic.de)
rät von herkömmlichen Venenoperationen ab: „Heute geht es viel risikoärmer“

Wer im nahen Frühjahr schöne Beine haben möchte, der sollte jetzt einen Termin beim Arzt, am besten einem Phlebologen, machen. Keine Sorge, die Zeiten der blutigen OPs sind vorbei. Heute kann man Besenreiser wie Krampfadern schneller und schonender behandeln.

DAMPFKATHETER

■ Der Dampfkatheter ist eine der jüngsten Entwicklungen in der modernen Venenmedizin. Dabei wird Wasserdampf durch einen dünnen Katheter in kleinen Impulsen in die kranke Vene geleitet, wo er die innerste Wandschicht umwandelt und so die Vene schrumpfen lässt.

GUT ZU WISSEN: Das ist eine natürliche, sanfte Methode. Verzichtet man auf eine pharmakologische Betäubung, könnte man den Dampfkatheter sogar während einer Schwangerschaft einsetzen.

LASER

■ Der Laser arbeitet mit energiereichem Licht, das krankhafte Venen verkleinert und millimetergenau verschließt. Wir verwenden in unserer Klinik fünf verschiedene Systeme mit unterschiedlichen Wellenlängen und Faserformen. Die Auswahl wird jeweils individuell auf die zu behandelnde Vene des Patienten abgestimmt.

ÜBRIGENS: Der Venenlaser erzielt in Leistung, Sicherheit und Patientenkomfort ausgezeichnete Ergebnisse. Er hat nach heutiger Kenntnis die beste Langzeitwirkung: Stammvenen bleiben ohne Ergänzungsbehandlungen dauerhaft unsichtbar und verschlossen.

RADIOWELLE

■ Radiowellen-Therapien arbeiten mit einem Strom- und Wärmeeffekt, der auf die zu verschließende Venenstrecke begrenzt wird.

VORSICHT: Wie beim Laser auch handelt es sich bei der Radiowelle um einen minimal-invasiven Eingriff. Die Gefäßwand und das angrenzende Bindegewebe denaturieren und ziehen sich zusammen. Auch bei dieser Therapie kann sich der Patient über sofort sichtbare Ergebnisse freuen, bei der keine Narben zurückbleiben.

MIKROSCHAUM

■ Die Mikroschaumverödung ist die Weiterentwicklung der früheren Verödung und mehr als eine Alternative zu Laser, Radiowellen oder Wasserdampf. So kann Mikroschaum in Venen von beliebiger Anatomie eingebracht werden, also auch in sehr krumme oder geknäulte Gefäße. Das ist mit anderen Methoden nicht möglich.

Fotos: www.jumpfotode

ACHTUNG: Eine ältere Methode ist die kostengünstigere Flüssigverödung, bei der das Mittel direkt in die kranke Vene gespritzt wird. Dort mischt es sich mit Blut und wird verdünnt. In welcher Konzentration es wohin gelangt, ist aber Lotterie. Je größer die Vene, desto schlechter. Ganz unzuverlässig ist die Verödung mit Kochsalzlösung.

KOMPRESSIONSSTRÜMPFE

■ Früher erhielten Venenpatienten nach einer Operation selbstverständlich Kompressionsstrümpfe, Kompressionsverbände oder beides, meist für eine Dauer von zwei bis sechs Wochen.

PRAKTISCH: Die modernen Therapien hinterlassen keine Wunden, haben kein nennenswertes Thromboserisiko und können ohne Kompressionsstrümpfe auskommen.

➔ Wohlfühl-Tipps für den Alltag

Öfter bewegen:

► Wie wäre es etwa mit Treppensteinen statt Aufzugfahren?

Hoch die Beine:

► Beine öfter hoch lagern. Ruhig auch mal im Büro, vorausgesetzt man ist nicht gerade im Gespräch mit dem Chef oder sitzt in einem Meeting.

Machen Sie Druck:

► Wer zu Krampfadern neigt und im Job viel steht oder sitzt, für den sind Kompressionsstrümpfe ein Segen. Sie drücken die Venen zusammen, sodass sich deren Klappen schließen. Die Strümpfe gibt es in vielen tollen modischen Farben.

Durchblutung fördern:

► Bei Beschwerden wie Schwellgefühl helfen auch spezielle Venencremes und -gels aus der

Apotheke (z. B. Antistax oder Venostasin). Sie wirken entzündungshemmend und verbessern die Durchblutung.

Füße wippen:

► Im Sitzen immer mal wieder Venengymnastik machen: erst mit den Füßen kreisen und sie dann auf- und abwippen lassen.

Knierolle ins Bett legen:

► Wer nachts unter schweren Beinen leidet, kann im Bett die Venen mit einer Knierolle oder einem speziellen Venenkissen (Fachhandel) entlasten.

Beine kalt abbrausen:

► Die Venen ziehen sich dadurch zusammen, das Blut kann leichter zum Herz zurückfließen.



Vollbremsung für die Erkältung.

Bei den ersten Anzeichen:
Contramutan® N Saft.

Bremst die Viren* und verhindert so die Ausbreitung des Infekts.

- Wirkt effektiv gegen die typischen Symptome
- Verkürzt die Erkältungsdauer
- Schützt bei erhöhter Ansteckungsgefahr



Contramutan® N Saft. Anwendungsgebiete: Fieberhafte und grippale Infekte, Katarhe und Entzündungen in Nasen- und Rachenraum. Auch zur Vorbeugung bei erhöhter Ansteckungsgefahr. Warnhinweis: Enthält 3,6 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. *mit in-vitro-Studie nachgewiesen: Derksen A. et al.: Bioassay-guided fractionation of Eupatorium perfoliatum L. towards anti-influenza A-activity leads to dicaffeoyl quinic acids. PlantaMed 2013; 78: 1027-1030 – in-vitro