Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 91 (2013)
Heft: 5

Artikel: Volkskrankheit Venenschwäche
Autor: Novak, Martina
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-724281

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Volkskrankheit Venenschwäche

Um gegen Krampfadern vorzubeugen, ist Bewegung das beste Mittel.

Bild: Prisma/Ryuhei Shinab

«Krampfadern» sagt man umgangssprachlich, wenn die Venen an den Beinen geschlängelt und in der Silhouette sichtbar hervortreten. Krämpfe verursachen die erweiterten Blutgefässe nicht, behandlungsbedürftig sind sie trotzdem.

Der Name «Krampfadern» stammt vom althochdeutschen Wort für krumm, Mediziner nennen die Erscheinung heute «Varizen». Krumm oder vielmehr gekrümmt erscheinen die ehemals geraden Venen, weil sie sich infolge eines geschwächten Bindegewebes erweitern und länger werden. Dadurch entstehen die berüchtigten Wülste an den Beinen, die je nach Grösse der betroffenen Vene unterschiedlich dick und lang sind. Bei sehr kleinen Blutgefässen bilden sich blau gefärbte Flächen, die Besenreiser.

Auf den ersten Blick sind Krampfadern vor allem unschön anzusehen und daher für viele Betroffene ein ästhetisches Problem. «Beschwerden machen sie grundsätzlich wenig», sagt Jürg Traber, Venenspezialist aus Kreuzlingen. «Das ist aber trügerisch, weil das Vorhandensein von Varizen darauf hindeutet, dass der Rückfluss des Blutes zum Herzen nicht mehr richtig funktioniert.» Grund: Wenn sich die Venen ausweiten, schliessen auch die Venenklappen nicht mehr richtig, die verhindern sollen, dass Blut in den Beinen «versackt».

Peripheres Herz

Durch gesunde Venen fliessen pro Minute etwa 5 Liter Blut zurück zum Herzen. Sobald der Blutkreislauf gestört ist, entsteht ein venöser Überdruck: Die Beine fühlen sich schwer an, es kommt zu

Spannungsgefühl, Juckreiz und Schmerzen, später kann ein offenes Bein die Folge sein (venöses Beingeschwür). Es gibt aber auch akute Komplikationen wie Entzündungen und Thrombosen oder erhebliche Blutungen durch das Platzen sogenannter Varizenperlen.

Krampfadern bilden sich altersbedingt, die Veranlagung dazu wird aber auch vererbt, sodass sie auch bei jungen Personen auftreten können. Frauen sind häufiger davon betroffen als Männer. Einen grossen Einfluss auf die Bildung von Krampfadern hat der Lebensstil. Übergewicht, langes Sitzen und Stehen etwa sind Gift für die Venen. Bei den Menschen in den Industriestaaten kommen Krampfadern sehr oft vor – eine Studie aus der Slowakei weist über 60 Prozent aus –, während beispielsweise in Teilen Schwarzafrikas dieses gesundheitliche Problem gar nicht bekannt ist.

Bewegung gilt daher als beste Massnahme zum Vorbeugen, auch wenn sie keine Garantie darstellt. «Die Wadenmuskeln unterstützen mit ihrer Arbeit den Blutfluss gegen die Schwerkraft, ich nenne sie daher auch peripheres Herz», sagt Jürg Traber. Selbst bei sehr sportlichen und bewegungsfreudigen Menschen lässt es sich aber nicht verhindern, dass sich Varizen bilden. Ist dies der Fall, empfiehlt Jürg Traber eine Abklärung, zunächst beim Hausarzt. «Neben der klinischen Diagnose, also dem Tast- und Sehbefund, sowie dem Gespräch mit dem Patienten gibt der Ultraschall zuverlässig Auskunft über die Funktionalität des Venensystems», erklärt er.

Die individuell beste Methode

Wenn es mit dem Blutfluss irgendwo harzt, sodass Komplikationen auftreten könnten, rät der Venenspezialist, die kranke Vene aus dem Kreislauf zu entfernen. «Das ist bei den meisten Varizen möglich», sagt Jürg Traber, Vorstandsmitglied der Schweizerischen Gesellschaft für Phlebologie. Ein Ersatz sei nicht nötig. «Der Kreislauf kompensiert das selbst, und zwar schon, wenn die kranke Vene noch vorhanden ist, aber eben nicht mehr richtig funktioniert.»

Als Behandlungsmöglichkeit stehen neben der klassischen Operation, dem Stripping, bei dem die Vene durch Herausziehen entfernt wird, die neueren, endovenösen operativen Methoden zur Verfügung: Verschweissen der Vene mittels Laser oder Radiowellen. Krampfadern können auch durch Einspritzen eines Verödungsmittels verklebt werden.

In einer Venenklinik wie in Kreuzlingen werden alle Verfahren angeboten. Zusammen mit der betroffenen Person entscheidet der behandelnde Spezialarzt, welche Methode im vorliegenden Fall am idealsten erscheint. So sprechen etwa bestehende Erkrankungen oder die Gebrechlichkeit des Patienten oder der Patientin gegen einen chirurgischen Eingriff. Sehr dicke Krampfadern machen die thermische Methode mit Laser schwierig, und auch die leicht unterschiedliche Rekonvaleszenzzeit kann eine Rolle spielen. Oder die Kosten: Die endovenösen operativen Methoden werden von der Grundversicherung nicht gedeckt, es kommt daher auf die Krankenkasse an, ob sie diese Behandlung im Rahmen einer Privat- oder Zusatzversicherung vergütet.

Stützstrümpfe helfen

Ein grosser Teil der Eingriffe mit einfachem Befund kann ambulant durchgeführt werden. In selteneren Fällen ist eine kurze Hospitalisierung nötig. Als Anhaltspunkt für die Qualität und die Wahl des Arztes nennt Jürg Traber: «Er sollte nicht nur eine einzige Methode im Angebot haben.» Alternativen zum Entfernen oder Verschliessen der kranken Vene sind Medikamente oder das konsequente Tragen von Kompressionsstrümpfen am Tag.

Sowohl die medikamentöse Therapie wie die eng sitzenden Strümpfe, durch welche die erweiterten Blutgefässe zusammengepresst werden, haben wohl eine positive Wirkung, sie ändern aber nichts am Befund. Medikamente lindern die allfälligen Beschwerden. Auch mit Kompressionsstrümpfen «verbessere sich die Befindlichkeit», wie eine Umfrage der «Bonner Venenstudie II» zeigt.

Die Kompression sei ein hervorragendes Instrument, um zu verhindern, dass Varizen weiteren Schaden anrichten, ist Jürg Traber überzeugt. In gewissen schweren Fällen gebe es zudem keine andere Behandlungsmöglichkeit, wie nach Thrombosen am tiefen Venensystem. Das An- und Ausziehen der sehr eng sitzenden Beinkleider sei aber gerade im Alter nicht immer zumutbar. Daher müsse man sich überlegen, ob eine invasivere Methode nicht doch die längerfristig bessere Wahl sei, weil man danach Ruhe habe. Damit entkräftet der Venenspezialist auch gleich den Irrglauben, wonach die lästigen Krampfadern immer wieder auftreten würden.

Martina Novak

Inserat

In die Ferien verreisen, auch wenn besondere Betreuung oder Pflege benötigt wird, z.B.

- nach Krankheit oder Spitalaufenthalt
- bei Abwesenheit betreuender Angehöriger, oder einfach um in würziger Voralpenluft zu entspannen und neue Kraft zu tanken.
- Therapieangebote im Haus, persönliche Betreuung und Pflege rund um die Uhr.
- Geniessen Sie mit der Appenzeller Ferienkarte Gratisleistungen: Schienen- und Bergbahnen, Museen, Hallen- und Freibad, Sauna und Moorbad.

Hotel Jakobsbad
das Kurhaus
für aktive Senioren und für individuelle Betreuung und Pflege

QUALITÄTS-GÜTESIEGEL SCHWEIZ TOURISMUS
Appenzellerland.
Vom Bodensee bis zum Säntis.

Verlangen Sie jetzt Unterlagen zu unseren Angeboten mit den sensationellen Leistungen rund ums Jahr.

Name
Vorname
Strasse
PLZ/Ort
Telefon
Pflegeleistungen erwünscht: ☐ JA ☐ NEIN

HOTEL JAKOBSBAD
9108 Gonten/Jakobsbad
Telefon 071 794 12 33
Telefax 071 794 14 45
www.hotel-jakobsbad.ch