Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 48 (1991)
Heft: 10

Artikel: Krampfadern : früh mit Therapie beginnen
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969818

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: 09.08.2025

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

mehr Widerstandskraft zu erlangen. Dafür eignen sich seit jeher bewährte Naturheilmittel, wie Taigawurzel (Eleutherococcus) und der ihr verwandte Ginseng. Vor allem sollten wir dafür sorgen, dass sich der Kreislauf stabilisiert, zum Beispiel durch die Einnahme von Weissdorn (Crataegus), Rosskastanie (Aesculus) und Mistel (Viscum album).

In der letzten Zeit ist die Ozonanreicherung in bodennahen Schichten um das Doppelte gestiegen. Allzuoft ist es ein Trugschluss zu glauben, ausserhalb von Ballungszentren sauerstoffreiche, ländliche Luft atmen zu können. Dem Einfluss der Ozonbelastung werden wir machtlos ausgeliefert sein, solange die Ursachen für seine Entstehung bestehen bleiben. (WG)

Krampfadern: Früh mit Therapie beginnen (2)

Die Therapie von Krampfadern muss so früh wie möglich beginnen, um das Fortschreiten der Venenveränderungen aufzuhalten und Komplikationen zu verhindern. Die dazu notwendigen Heilmittel werden je nach Einzelfall vom Therapeuten verordnet. Nach Rücksprache mit ihm ergänzt man sie durch die bei der Vorbeugung genannten Massnahmen, insbesondere durch ausreichend Gymnastik und Bewegung. Verschiedene Naturheilverfahren haben sich bei Krampfadern gut bewährt, insbesondere Kaltwasseranwendungen, aber auch Heilpflanzen und homöopathische Mittel.

Der Kältereiz des Wassers führt zur Zusammenziehung der Venenwände. Dadurch werden sie gut trainiert und gewinnen allmählich wieder an Spannkraft, die Venenklappen schliessen besser. Da warmes Wasser die Venen erschlaffen lässt, eignet es sich nicht zur Behandlung. Sehr kälteempfindliche Menschen können allenfalls wechselwarme Anwendungen durchführen. Zur Behandlung kommen vor allem Wassertreten, kalte Fussbäder, Knie- und Schenkelgüsse, nasse Socken, Fuss- und Wadenwickel (auch mit Heilerde) in Frage. Sie werden über längere Zeit ein- bis zweimal täglich durchgeführt.

Als Hauptmittel empfiehlt die Pflanzenheilkunde bei Krampfadern die Rosskastanie (Aesculus). Sie fördert die Durchblutung, verbessert die Elastizität der Venenwände, lindert Schwellungen und Entzündungen. Rosskastanie sollte gleichzeitig innerlich wie äusserlich gebraucht werden. Gut bewährt haben sich auch Medikamente mit Buchweizen, der Rutin (Vitamin-P-Faktor) gegen die Brüchigkeit und Durchlässigkeit der Venenwände enthält, die Elastizität verbessert, Schwellungen und Blutungen verhindert. Er wird kurmässig innerlich verwendet.

Auch Hamamelis (Virginische Zaubernuss), zum Beispiel A. Vogels Hamamelis-Wasser, ist ein biologisches Mittel, um beginnende oder mässig fortgeschrittene Venenleiden erfolgreich – und nebenwirkungsfrei – zu behandeln. Daneben kommen noch andere Heilpflanzen vorwiegend zur ergänzenden Behandlung von aussen in Betracht. Die im Einzelfall angezeigten Medikamente verordnet der mit Naturheilverfahren vertraute Therapeut.

Die Homöopathie verwendet ebenfalls oft Rosskastanie (Aesculus) bei Krampfadern. Da die Auswahl der Mittel aber individuell durch den Homöopathen erfolgt, damit eine optimale Wirkung eintritt, sollen hier nicht weitere homöopathische Wirkstoffe genannt werden. Verordnet werden kann aber noch eine ganze Reihe anderer Heilmittel. Zu erwähnen sind zum Beispiel Nikotinsäure (ein Vitamin der B-Gruppe) mit durchblutungsfördernder Wirkung, die innerlich und äusserlich gebraucht wird, ebenso Blutegel oder Salben mit Blutegel-

wirkstoffen, die vor allem bei Venenentzündungen und Thrombosen angezeigt sind, so zum Beispiel Heparin-Salben.

Eigeninitiative entwickeln

Der Patient sollte darüber hinaus auch Eigeninitiative entwickeln. Verschiedene Anwendungen kann er jederzeit selber durchführen:

Streichmassage der Beine: Dazu legt man sich auf den Rücken, beugt das rechte Bein und umfasst den Unterschenkel bei den Knöcheln mit beiden Händen. Dann wird das Bein langsam gestreckt und gleitet dabei durch die Hände, die sanften Druck ausüben. Die Hände werden bis zur Leistenbeuge emporgeführt und streichen das Blut aus den Venen Richtung Herz aus. Das linke Bein behandelt man in gleicher Weise. Die Massage wird drei- bis viermal hintereinander abwechselnd rechts und links durchgeführt, am besten dreimal täglich. Strickt zu unterlassen ist die Massage bei Venenentzündungen und Thrombosen.

Hochlagern der Beine: Wenn man die Beine hochlagert, können sich die Venen entleeren und die Gefässwände werden entlastet. Das sollte man mehrmals täglich durchführen. Am besten legt man sich dazu auf den Boden und schiebt die gerade ausgestreckten Beine auf einen 20 bis 40 cm hohen Hocker (Keilkissen und Knierollen eignen sich nicht). Nach fünf bis acht Minuten räkelt man sich ausgiebig im Liegen und erhebt sich dann langsam. Für die Nacht empfiehlt es sich, das Bett am Fussende um etwa 30 cm zu erhöhen, indem man Holzklötze unter die Bettfüsse stellt. Dann können sich die Beinvenen auch nachts gut entleeren.

Stütz-, Druckstrümpfe und Druckverbände: Sie eignen sich nur bedingt zur Behandlung von Krampfadern. Sie lassen als passive Massnahmen die Venen-Muskel-Pumpe oft noch weiter erschlaffen. Manchmal sind sie zwar erforderlich, wenn sie ausdrücklich verordnet werden, auf Dauer erzielt man dadurch aber keine befriedigende Wirkung.

Chirurgische Behandlung: Bei weit fortgeschrittenen Krampfadern, die auf keine andere Behandlung mehr zufriedenstellend ansprechen, starke Beschwerden verursachen und zu Komplikationen zu führen drohen, kann die Verödung oder chirurgische Behandlung erforderlich werden. Beide Methoden wirken allerdings nur gegen die Symptome, die Ursachen können sie nicht beseitigen. Deshalb treten häufig Rückfälle auf, wenn keine Nachsorgebehandlung erfolgt, die den beschriebenen Vorbeugemassnahmen entspricht. Bei frühzeitiger Therapie der Krampfadern lassen sich solche nicht ganz unbedenklichen Eingriffe im allgemeinen aber vermeiden.

Keine Selbsthilfe bei Komplikationen!

Venenentzündungen, Thrombosen und Embolien als Komplikationen der Krampfadern müssen unbedingt sofort vom Therapeuten behandelt werden. Selbsthilfe ist wegen der Gefahren dieser Erkrankungen nicht erlaubt. Krampfaderblutungen erfordern zur Vermeidung des lebensgefährlichen Kreislaufschocks Erste-Hilfe-Massnahmen: Das betroffene Bein sofort hochlagern, weil es sonst oft nicht gelingt, die Blutung zum Stillstand zu bringen. Eine sterile Wundkompresse auflegen und unter ausreichend festem Zug mit einer elastischen Binde fixieren (Druckverband). Wenn die erste Kompresse durchblutet, legt man weitere auf und befestigt sie unter verstärktem Zug mit einer elastischen Binde. Dadurch kommt dann fast jede Krampfaderblutung zum Stehen.

Unter keinen Umständen darf man die Binden so fest anziehen, dass sie die Gefässe abschnüren, denn so verschlimmert sich die venöse Blutung. Nach dem Stoppen der Blutung erfolgt die weitere Versorgung durch den Arzt.