

Krampfadern – Krankheit oder Makel?

Von Elke Vetter,
Vertrauensperson der Menschen mit Behinderung



Elke Vetter, Vertrauensperson der Menschen mit Behinderung, im Gespräch mit Frau Dr. med. Esther Wißmüller, Fachärztin für Dermatologie und Venerologie in der Dermatologie am Sendlinger Tor – Privatpraxis für Haut, Venen und Ästhetik in München.

Rund ein Fünftel der Erwachsenen bekommt mit zunehmendem Alter Krampfadern, manche stören sie, andere nicht ... Gibt es überhaupt einen ernstzunehmenden Handlungsbedarf? Können Krampfadern eine Gefahr für die Gesundheit darstellen oder handelt es sich um eine rein kosmetische Angelegenheit? Wir fragen nach!

V: Liebe Frau Dr. Wißmüller, als Venenärztin kommen täglich Patienten zu Ihnen, die über Schmerzen in den Beinen klagen, woraufhin Sie die Diagnose „Krampfadern“ stellen.

Was löst Krampfadern aus?

W: Die Ursachen eines Venenleidens sind vielfältig. Meist beruhen sie jedoch auf einer erblich bedingten Bindegewebsschwäche. Die Veranlagung zu Krampfadern ist also vor allem genetisch bedingt. Seltener handelt es sich um die sekundäre Folge einer Thrombose. Bewegungsmangel, Übergewicht sowie stehende oder sitzende berufliche Tätigkeiten begünstigen ein Venenleiden zusätzlich. Gleichzeitig nimmt die Zahl der Venenklappen bis zum 70. Lebensjahr auf etwa 20 Prozent des ursprünglichen Bestandes ab. Dieser Verlust sorgt dafür, dass die Funktion der Venen von Natur aus sukzessive abbaut.

V: Wie schlimm sind Krampfadern?

Welche Symptome gibt es?

W: Krampfadern zeigen sich als knotige Schlängelungen oder Venenknäuel, welche an den Beinen oft auch bläulich oder violett sichtbar hervortreten. Geringer ausgeprägt als Krampfadern sind sogenannte Besenreiser. Diese zeigen sich in Form von feineren, rötlichen oder bläulichen „Verästelungen“ unter der Haut und erinnern dadurch an dünne Reiszweige. Dies erklärt die Namensgebung. Neben den sichtbaren Veränderungen äußert sich ein Krampfaderleiden auch durch folgende Symptome: Spannungsempfinden in den Beinen, angeschwollene Knöchelbereiche sowie Füße durch Wasseransammlungen (Ödeme) besonders bei warmen Temperaturen oder auch nach längerem Sitzen oder Stehen, Juckreiz, nächtliche Wadenkrämpfe, brennende oder stechende Schmerzen, müde und schwere Beine.

V: Was kann man gegen Krampfadern tun?

W: Die Entscheidung darüber, welcher Behandlungsweg individuell am besten geeignet ist, richtet sich nach der Art der Krampfaderkrankheit, dem Erkrankungsstadium, eventuellen Begleitkrankheiten und den Wünschen des Patienten. Optisch störende Besenreiser oder Krampfadern lassen sich nicht mit Medikamenten oder Salben beheben, wie oft in den Medien versprochen wird. Wenn die Stammvenen sozusagen „überlaufen“, weil die Venenklappen nicht mehr richtig arbeiten, so ist das letztlich nur durch Ausschalten oder Entfernen der erkrankten Venen behandelbar.

Welche Methode im Einzelfall am besten geeignet ist, entscheidet der Arzt bzw. die Ärztin in Abstimmung mit dem Patienten oder der Patientin gemäß den vorher erhobenen Untersuchungsergebnissen. Dabei werden Vor- und Nachteile der einzelnen Behandlungsverfahren, sei es eine minimalinvasive, endoluminale Katheter-Obliteration mit einem Laserkatheter, Phlebektomien, die Behandlung mittels Mikroschaumsklerosierung oder eine konservative Therapie mit Kompressionsstrümpfen, gegeneinander abgewogen. Auch ist zu klären, ob ein Eingriff dringlich vorgenommen werden muss (zum Beispiel bei einer Varikophlebitis mit Einwachsen einer Thrombose in das tiefe Venensystem) oder ob der geeignete Zeitpunkt in Ruhe gewählt werden kann.

V: Wie kann man Krampfadern vorbeugen?

W: Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten, einer Entstehung von Krampfadern vorzubeugen oder einen Fortschritt der Erkrankung zu verlangsamen. Reichlich Bewegung ist wichtig, da sich die Aktivität der Beinmuskulatur positiv auf die periphere Venenpumpe auswirkt. Dies wirkt entstauend.

Besonders Sportarten wie Fahrradfahren oder Schwimmen sind ideal, da sie unter Entlastung des Körpergewichts ausgeübt werden. Flache Schuhe sind besser geeignet als Schuhe mit hohen Absätzen. Beim Tragen von hohen Absätzen wird die periphere Venenpumpe praktisch außer Funktion gesetzt und Beine sowie Füße können anschwellen.

Ballaststoffreiche Kost sorgt für eine funktionierende Verdauung und wirkt sich somit auch positiv bei Venenleiden aus. Eine chronische Verstopfung wirkt sich dagegen nachteilig auf den Abfluss in den Beckenvenen aus und kann somit auch Beinschwellungen hervorrufen.

Bei langen Auto- oder Flugreisen besteht ein erhöhtes Thromboserisiko. Um das zu vermeiden, sollte man möglichst viel trinken, sich zwischendurch bewegen und auch Kompressionsstrümpfe tragen.



Außerdem ist es besonders bei warmen Temperaturen hilfreich, die Beine am besten gegen Mittag für einige Minuten hoch zu lagern. Auch Kneippsche Güsse wirken sich positiv aus, da sie die Gefäße zur Kontraktion anregen. Gut ist es, die Beine am Abend noch einmal kalt abzuduschen.

V: Welche Komplikationen können auftreten?

W: Ein dauerhaft gestörter Blutrückfluss aufgrund schwacher, insuffizienter Venen führt in der Haut zu Störungen in der Versorgung mit Nährstoffen und Sauerstoff. Es kommt zu bräunlichen Verfärbungen und Verdickungen der Haut. Schreitet die Erkrankung voran, führt dies zur Entstehung von Unterschenkelgeschwüren oder einem „offenen Bein“ (Ulcus cruris). Zudem kann in einer oberflächlichen Krampfadereine Entzündung (Varikophlebitis) mit Rötung, Erwärmung und Druckschmerzhaftigkeit entstehen. Auch ist die Neigung zur Entstehung von Thrombosen erhöht. Das „Plätzen“ einer Krampfadere (Varizenblutung), zum Beispiel als Folge einer Verletzung, kann zu einer starken Blutung führen.



V: Welche Kosten werden von den Kassen übernommen?

W: Grundsätzlich übernehmen die Krankenkassen die Kosten für die Behandlung von Krampfadereiden ganz oder teilweise, wenn sie medizinisch notwendig ist.

V: Liebe Frau Dr. Wißmüller, Ihnen und Ihrem freundlichen Team wünschen wir weiterhin viel Erfolg bei allen Behandlungen, die von gesundheitlicher Notwendigkeit bis zum persönlichen Wohlfühlen reichen. Herzlichen Dank, dass Sie uns Behandlungsmethoden und Möglichkeiten der Vorbeugung bei Krampfadern aufgezeigt haben!

Weitere Informationen unter:
Dermatologie am Sendlinger Tor
Facharztpraxis für Haut, Venen und Ästhetik
Sendlinger Straße 29
80331 München – Zentrum
Telefon +49 89 238874321
www.hautarzt-muenchen-sendlinger-tor.de

DAS U-BAHN-GESPRÄCH

Unterwegs mit Sabine Rumpel in Richtung Maillingerstraße.

Steckbrief:

Alter: 58 Jahre; Sternzeichen: Widder; Hobbys: Nordic Walking, Nähen und Zeit mit meiner Familie verbringen; Lieblingsessen: arabische und asiatische Gerichte

Wie lange arbeiten Sie schon im BLKA?

Ich arbeite seit November 2006 im BLKA. Seit Juli 2019 bin ich fest im BayZeit-Team tätig.

Was sind Ihre Aufgaben?

Tägliche Aufgaben sind die Beantwortung von telefonischen und elektronischen Anfragen, zum Beispiel zu Buchungskorrekturen, Rufbereitschaften oder Dienstreisen. Viele Mitarbeiter kennen mich vom Telefon, wenn beispielsweise die „Rot-/Grün-Schwäche“ wieder zugeschlagen hat.



Wie sind Sie darauf gekommen, im BLKA zu arbeiten?

Seit Januar 2003 war ich im Präsidium Oberbayern – E3/Lage tätig. Durch die Reform und Teilung der Präsidien bin ich 2006 zum BLKA gewechselt.

Mit wem würden Sie hier im Haus mal gerne den Job tauschen?

Es gibt viele interessante Bereiche im Haus, deshalb möchte ich mich gar nicht festlegen. Eine kurze Hospitation durch alle Abteilungen wäre interessant. ;)