Liebe Leserin, lieber Leser,
diese Seite entsteht unter Mitwirkung eines medizinischen Beirats. Ihm gehören an: **Dr. Gerd Pommer** (Oldenburg), **Jens Wagenknecht** (Varel) und **Prof. Dr. Andreas Weyland** (Oldenburg).

ALLES GUTE

FÜR MEDIZINISCH anerkannte Krampfadereingriffe gilt, dass sie in der Regel sehr Patienten-schonend verlaufen und nur sehr selten Komplikationen auftreten, berichtet der Gefäßchirurg Dr. Siamak Pourhassan. Gute Ergebnisse bringt zum Beispiel ein endovenös-thermischer Eingriff, bei dem die betroffene Vene durch eine per Laser oder Radiofrequenz erzeugte Hitzequelle verschlossen wird.

JUNIOR-ABC

Fachleute erklären in dem kleinen Junior-Abc kurz und auch für Kinder verständlich Fachbegriffe aus dem Gesundheitsbereich. Heute geht der Oldenburger Zahnarzt Axel Zahn auf den Begriff (O)kklusion ein.

Okklusion ist die medizinische Bezeichnung für den Kontakt zwischen den Zähnen im Ober- und Unterkiefer. Im Normalfall treffen die Zahnreihen beim Zubeißen passend aufeinander. Es kann aber vorkommen, dass dies aus verschiedenen Gründen nicht so ist. Dann kann es sein, dass eine kieferorthopädische Behandlung erforderlich ist.

SERVICE

EINE FEHLFUNKTIONIERENDE oberflächliche Beinvene ist für den Blutkreislauf wie ein Geisterfahrer, weil sie das Blut in die falsche Richtung leitet. Durch die Entfernung der Krampfader wird der Fehlfluss beseitigt, was gut für das gesamte System ist. Neben dieser klassischen gibt es die sekundäre Krampfader, die nach einer tiefen Beinvenenthrombose entsteht. In diesen Fällen kann neben dem dauerhaften Einsatz von Blutverdünnern eine Kompressionstherapie sowie eine Anregung des Lymphsystems sinnvoll sein.

TERMINE

WERDENDE ELTERN sind am 8. Oktober ab 19 Uhr zu einem kostenlosen Stillinformationsabend eingeladen, der im Fortbildungsinstitut des Klinikums Oldenburg an der Brandenburger Straße 21a stattfindet. Veranstalter sind die Kinderklinik sowie die Universitätsklinik für Gynäkologie und Geburtshilfe. Unter anderem gibt es Infos und Tipps über den Beginn und die Vorteile des Stillens sowie über Stillprobleme. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

DER GESPRÄCHSKREIS gemeinsam Leben mit Krebs trifft sich am 14. Oktober von 14.30 bis 16 Uhr im Pius Hospital Oldenburg. Anmeldungen unter Tel. 0441/2295505 oder 2291118 sind erwünscht.

Ein unansehnliches Problem

KRAMPFADERN Erweiterung oberflächlicher Beinvenen sorgt oft für Leidensdruck

VON KLAUS HILKMANN

WILDESHAUSEN – Krampfadern sind vor allem ab der zweiten Lebenshälfte weit verbreitet. Für viele Betroffene sind sie zunächst ein lästiger optischer Makel, der ansonsten keine oder nur wenig Beschwerden verursacht. Tatsächlich sind kleine Gefäßerweiterungen an der Hautoberfläche – sogenannte Besenreiser – eher ein kosmetisches als ein gesundheitliches Problem. In fortgeschrittenen Stadien können medizinisch als Varizen bezeichnete Krampfadern dagegen ernsthafte Komplikationen auslösen, betont die Deutsche Gesellschaft für Phlebologie und Lymphologie.

Krankhafte Erweiterungen der oberflächlichen Venengefäße treten meistens an den Beinen auf. Aktuelle Untersuchungen zeigen, dass bundesweit 20 bis 30 Prozent der Erwachsenen mit behandlungsbedürftigen Krampfadern leben, wobei Frauen häufiger als Männer betroffen sind. Zu einem erhöhten Risiko für das Entstehen einer Varikose tragen auch starkes Übergewicht, Bewegungsmangel und ein fortgeschrittenes Lebensalter bei. Dessen ungeachtet können sich Krampfadern bereits in jungen Jahren entwickeln.

Je nachdem, welche Gefäße des oberflächlichen Venensystems der Beine betroffen sind, wird unter mehreren Formen von Krampfadern unterschieden. Dazu zählen neben den eher harmlosen Besenreisern unter anderem Netzkrampfadern sowie Stamm- und Seitenvarizen. Erste spürbare Symptome können zum Beispiel schwere, angespannte Beine sowie vor allem nachts auftretende Krämpfe im Fuß oder der Wade sein.

Offenes Bein möglich

In schlimmen Fällen entwickelt sich eine chronische Venenschwäche oder es bilden sich Geschwüre, die sich nur schlecht schließen lassen und zu einem offenen Bein führen – eine Erkrankung, die schwer behandelbar ist und erhebliche Einschränkungen der Lebensqualität verursacht.

Ursache für oberflächliche Krampfadern in den Beinen ist eine Funktionsstörung der Venenklappen. Wenn sich die wie ein Rückhalteventil arbeitenden Klappen nicht vollständig schließen, staut sich das Blut und fließt fußwärts in die falsche Richtung. Durch die daraus entstehende Überlastung dehnen sich die Venenwände unnatürlich stark aus, was letztlich zur Bildung von Krampfadern führt, erklärt Dr. Mohamed Khalil, Chefarzt der Gefäßchirurgie im Krankenhaus Johanneum Wildeshausen.

Vergleichsweise seltene sekundäre Krampfadern entstehen dagegen zumeist infolge von Thrombosen in den tieferen Beinvenen. Spätestens nach dem Auftreten erster Beschwerden sollten sichtbare Varizen ärztlich untersucht werden. Zur Aufklärung ist neben der Symptomschilderung eine körperliche Untersuchung der Beine nötig.

Empfindliche Stellen

Bei diesem im Stehen durchgeführten Check werden abgesehen von den Krampfadern auch Hautveränderungen, Schwellungen und druckempfindliche Stellen untersucht, die auf eine Entzündung hinweisen könnten. Wie ausgeprägt die Krampfadern sind und ob neben dem oberflächlichen auch das tiefe Venensystem betroffen ist, kann mit einer speziellen Ultraschalldiagnostik – einer Duplex-Sonographie – aufgeklärt werden. Mit weiteren Diagnoseverfahren lässt sich beispielsweise feststellen, wie gut die Funktion der Venenklappen ist und wie viel Blut in die Venen hinein und wieder herausfließt, berichtet Dr. Khalil. Ob und zu welchem Zeitpunkt eine Varikose behandelt werden sollte, richtet sich nach dem Befund und dem Leidensdruck des Patienten.

MEHRERE ANERKANNTE CHIRURGISCHE VERFAHREN

Dr. Mohamed Khalil (vorn) behandelt regelmäßig Patienten, die von schmerzauslösenden Krampfadern befreit werden möchten. BILD: KRANKENHAUS JOHANNEUM

Varikose-Patienten können im Fall einer frühzeitigen und fachgerechten Therapie fast immer mit gutem Erfolg behandelt werden, betont Dr. Mohamed Khalil. Oft ist zunächst eine konservative Therapie mit Kompressionsverbänden- bzw. Strümpfen sowie mehr Bewegung im täglichen Alltag die beste Lösung. Positiv können sich auch eine spezielle Venengymnastik und eine Lymphmassage auswirken.

Wenn das nicht ausreicht, kann ein chirurgischer Eingriff erforderlich sein. In der Chirurgie anerkannte und gängige Verfahren reichen von dem auch als Stripping bezeichneten Herausziehen der betroffenen Venen sowie venenerhaltenden Operationen bis hin zum Veröden und zur Laser- oder Radiofrequenztherapie, bei der die Krampfadern durch den Einsatz einer Hitzequelle verschlossen werden.

Von selbst bilden sich einmal entstandene Krampfadern nicht zurück. Damit sich die Problematik nicht verschlimmert, ist abgesehen von einer qualifizierten ärztlichen Behandlung insbesondere ein kritischer Blick auf den eigenen Lebensstil nötig.So ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass die Entwicklung von Krampfadern durch zu viel Sitzen und zu wenig Bewegung begünstigt wird.

INTERVIEW

Operation kann Problem lösen

BILD: HILKMANN

VON KLAUS HILKMANN

Dr. Siamak Pourhassan (Bild) ist Vertreter der niedergelassenen Gefäßchirurgen im Vorstand der Deutschen Gesellschaft für Gefäßchirurgie und Gefäßmedizin.

Wann sollten Krampfadern behandelt werden?
Pourhassan: Hier gibt es nur in Ausnahmefällen wie etwa bei einem ansonsten drohenden offenen Bein eine Muss-Entscheidung. Meistens handelt es sich um eine ärztliche Empfehlung ohne festes zeitliches Korsett. Ob und wann ein chirurgischer Eingriff erfolgt, entscheidet in Absprache mit dem Arzt der Patient. Entscheidend ist, dass eine Verschlimmerung der Beschwerden und Folgeerkrankungen durch eine gefäßchirurgische OP verhindert werden.

Was kann man sofort tun?
Pourhassan: Wichtig ist, dass schnellstmöglich eine effektive Kompressionstherapie eingeleitet wird. Darüber hinaus sollte man sich etwa mit regelmäßigen Spaziergängen oder Sport ausreichend bewegen. Mit Medikamenten lassen sich zwar oft Beschwerden lindern. Zur Lösung der Krampfader-Problematik können sie aber nicht beitragen.

Wie kann man von Beschwerden befreit werden?
Pourhassan: Das ist nur mit Hilfe eines chirurgischen Eingriffs möglich. Hierfür gibt es unterschiedliche Verfahren, die bewährt sind und gute Ergebnisse bringen. Ähnlich wie ein Loch im Hemd verschwinden Krampfadern nicht von selbst. Ausnahmen gibt es allenfalls bei Frauen nach einer Schwangerschaft. Leichte Formen einer Schwangerschafts-Varikosis bilden sich im Zuge der Veränderung des Hormonhaushalts manchmal zurück.

Regelmäßige Bewegung reduziert Risiko

THERAPIE Krampfader-OP dauert je nach Befund und Verfahren 30 bis 60 Minuten

VON KLAUS HILKMANN

WILDESHAUSEN – Chirurgische Eingriffe zur Beseitigung einer Krampfader-Problematik werden heute in der Regel unter Katheter-Einsatz mit minimal kleinen Zugängen zumeist in örtlicher Betäubung durchgeführt. Je nach Verfahren und Befund dauert die ambulante Operation normalerweise zwischen 30 und 60 Minuten. Anschließend sollte sich der Patient für zwei bis drei Stunden in einem Aufwachraum erholen und kann danach nach Haus zurückkehren.

Wie bei jeder anderen OP lassen sich Risiken nicht komplett ausschließen, berichtet Dr. Mohamed Khalil: „Ernsthafte Komplikationen sind aber sehr selten.“ Mit dem Eingriff ist das Problem zumeist länger gelöst. Bei einem kleinen Prozentsatz der Patienten bilden sich aber binnen weniger Jahre erneut Varizen.

Ohnehin gibt es nach Angaben der Deutschen Gesellschaft für Gefäßchirurgie keine Garantie, lebenslang von Krampfadern verschont zu bleiben.

Krampfadern in den Beinen sind unansehnlich und können gesundheitliche Probleme verursachen. BILD: AMC

Mit regelmäßiger Bewegung und Sport lässt sich das Risiko allerdings reduzieren. Wer im Beruf immer wieder lange Zeit sitzen oder stehen muss, sollte möglichst oft die Beine hochlegen und regelmäßig Spazieren gehen. Insbesondere bei schon bestehenden Krampfadern kann es zudem sinnvoll sein, zumindest zeitweise Kompressionsstrümpfe zu tragen, da dies dazu beiträgt, dass der Krampfader-auslösende Blutrückfluss reduziert wird.

Die Blutung schnell stoppen

WILDESHAUSEN/HIL – Wenn es etwa im Zuge einer Hautverletzung am Beim zum Riss einer Krampfader kommt, liegt häufig ein akuter Notfall vor, erklärt Dr. Mohamed Khalil. Als Sofortmaßnahme sollte das verletzte Bein hochgelagert werden. Eine andauernde Blutung müsse ohne Zeitverzug mit einem fest sitzenden Druckverband gestoppt werden. Falls dies nicht gelingt, muss der Betroffene unverzüglich in die Notaufnahme eines Krankenhauses gebracht werden. Dort kann die Wunde mittels einer Naht verschlossen und die Blutung gestoppt werden. Bei Menschen mit einer sehr dünnen Haut, kann ein Riss bereits durch heftiges Kratzen ausgelöst werden.