



## Informationsblatt

### Krampfadern

#### Was sind Krampfadern?

Krampfadern sind sichtbare geschwollene geschlängelte Venen die meist an den Beinen auftreten. Krampfadern sind weit verbreitet. Etwa jede 2. Frau und jeder 4. Mann leiden unter Krampfadern.

In den Venen fließt das sauerstoffarme Blut zurück zum Herzen. Damit das Blut von den Beinen zum Herzen aufsteigen kann, reicht der Herzschlag alleine nicht aus. Beim Zusammenziehen der Waden- und Oberschenkelmuskulatur werden die Venen zusammengepresst und das Blut wird nach oben gedrückt (Muskelpumpe). Venenklappen, die wie Ventile arbeiten, verhindern, dass das Blut zurück fließt. Sie lassen das Blut nur in Richtung Herz fließen. Bei Krampfadern (Varizen) sind die Bindegewebsfasern der Venenwände schwach und überdehnt. Die Venenklappen können daher nicht mehr richtig schließen und es kommt zu einem Rückstrom von Blut. Das Blut versackt und dehnt die sowieso schon ausgeleiterten Gefäßwände noch weiter aus.

#### Ursache von Krampfadern

Neben einer erblichen Bindegewebsschwäche gibt es noch weitere Ursachen für Krampfadern. Krampfadern können entstehen durch wenig körperliche Bewegung, Übergewicht, überwiegend stehende oder sitzende Arbeit und die Einnahme der Pille.

Je nach Ursache unterscheidet man zwischen primären Krampfadern und sekundären Krampfadern. Bei den primären Krampfadern ist der Blutfluss nur im sichtbaren oberflächlichen Venensystem gestört. Diese Form der Krampfadern ist die häufigste und harmlosere Form. Man spricht von sekundären Krampfadern, wenn das Blut durch die tiefer liegende Vene nicht mehr ungehindert fließen kann. Die Ursachen hierfür sind Blutgerinnsel, Ablagerungen in der Gefäßwand usw. In diesem Fall sucht sich das Blut einen anderen Weg und fließt durch die Oberflächenvenen. Zu sekundären Krampfadern kommt es, wenn diese Venen der zusätzlichen Belastung durch die größere Blutmenge nicht mehr standhalten.

#### Gefahren von Krampfadern

Krampfadern sind nicht nur ein kosmetisches Problem. Neben den sichtbaren Krampfadern hat der betroffene zunächst nur schwere müde Beine und geschwollene Füße. Die Krampfadern können sich leicht entzünden und es können sich Blutgerinnsel (Thrombosen) bilden. Außerdem kann es durch Krampfadern zu erheblichen Wassereinlagerungen kommen.

#### Vorbeugung von Krampfadern

- Tragen sie keine Schuhe mit hohen Absätzen, wenn sie viel stehen müssen.
- Die Muskelpumpe in den Beinen kann durch wiederholtes Wippen von der Fußspitze zur Ferse und zurück aktiviert werden.
- Die Beine möglichst häufig hochlagern.
- Tägliches Ausstreichen der Beine in Richtung Herzen fördert den Rückstrom des Blutes.
- Tragen sie individuell angepasste Stützstrümpfe.
- Regelmäßige Gymnastik, Wandern und Radfahren sowie Schwimmen schaffen Linderung.
- Gewichtsreduktion bei Übergewicht.

## **Behandlung von primären Krampfadern**

### **Verödung von Krampfadern**

Bei der Verödung von Krampfadern wird ein Mittel in die Vene gespritzt, welches die Gefäßwand verklebt und so die Vene verschließt. Das Blut sucht sich dann einen anderen Weg zum Herzen. Die Krampfadernverödung (Sklerosierung) erfolgt ambulant ohne Narkose und ist weitgehend schmerzfrei. Krampfadern werden vor allem dann verödet, wenn die kleinen Hautvenen oder neben den Hauptvenen auch die Seitenäste erweitert sind.

### **operative Entfernung der Krampfadern**

Bei der operativen Entfernung der Krampfadern (Strippen) werden die kranken Gefäße entfernt. Unter Betäubung werden kleine Einschnitte am Fußknöchel, in der Kniekehle und in der Leistenbeuge vorgenommen. Dann werden die Venen herausgezogen. Diese Operation ist ebenfalls ambulant möglich.

### **Venenmittel**

Venenmittel zum Einreiben bessern die Krampfadern nicht!

Auch in unserem Hause ist die Therapie der Krampfadern ein häufig durchgeführter Eingriff in unserem zertifizierten Gefäßzentrum. Durch die Zusammenarbeit der Gefäßchirurgen mit Angiologen und Radiologen ist es möglich, eine optimale Therapie für unsere Patienten zu erreichen.

**Ihr Team der Klinik für Chirurgie des Hufeland Klinikums**