

# Varizen Krampfadern



## Was sind Venen?

Venen sind jene Blutgefäße, über die das Blut wieder zum Herzen fließt.

## Was sind Varizen?

Varizen (Krampfadern) sind eine Erweiterung und Schlingelung der oberflächlichen Venen.

## Wie entstehen Krampfadern?

- ▶ In den Beinvenen wird das Blut durch die Muskelpumpe in Richtung Herz gepumpt.
- ▶ Venenklappen verhindern dabei den Blutrückfluss.
- ▶ Ist die Venenwand geschwächt, kommt es zu einer Erweiterung der oberflächlichen Beinvenen und die Venenklappen werden undicht.
- ▶ Dadurch kommt es zu einem Rückstau des Blutes in Richtung Beine und damit zu einer Ausweitung der Venen zu Krampfadern.
- ▶ Die Folge können geschwollene Füße und Beine, Juckreiz und Venenentzündung sein.

## Therapie von Krampfadern

### Kompressionstherapie

Durch die Kompression (das Zusammendrücken) der Venen wird der Blutrückfluss gefördert.

Die Strümpfe werden im Sanitätshaus angepasst – am besten morgens, wenn die Beine am schlanksten sind.

### Operative Behandlung

- ▶ Entfernung der erkrankten Venen offen chirurgisch
- ▶ Radiofrequenztherapie
- ▶ Laser
- ▶ Schaumverödung

### Im Falle einer operativen Therapie

Verhaltensregeln, die Sie befolgen sollten:

- ▶ Vor der Operation wird empfohlen, Kompressionsstrümpfe zu tragen. Dadurch sind die Beine weniger geschwollen und die Wundheilung ist verbessert.
- ▶ Nach Varizenoperationen die Beine für vier bis fünf Tage bandagieren. Das Pflegepersonal zeigt Ihnen die Technik des richtigen Bandagierens.
- ▶ Wenn die Bandagen zu Hause verrutschen, abwickeln und neu bandagieren!
- ▶ Die Bandagen sollen fest sitzen, denn durch die Operationstechnik kommt es zu Hämatomen (Blutergüssen).
- ▶ Nach vier bis fünf Tagen des Bandagierens bei Tag und bei Nacht können Sie auf Kompressionsstrümpfe der Klasse 2 wechseln (das ganze Bein für drei bis vier Wochen).

## Für die Entlassung

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und weite Schuhe mit. Beachten Sie, dass die Beine nach der Operation bandagiert sind!

### Allgemeine Tipps bei Venenbeschwerden

- ▶ Bewegen Sie sich!  
Wandern, laufen, langlaufen, Rad fahren, flottes spazieren gehen, schwimmen, tut Ihnen gut.
- ▶ Nehmen Sie Wechselduschen!
- ▶ Verwenden Sie eine Hautpflege!
- ▶ Vermeiden Sie langes Stehen und Sitzen!
- ▶ Vermeiden Sie Übergewicht bzw. bauen Sie dieses ab!

