

Der Fall des Monats

Wichtige Nachsorge bei Varizen-OP

Wer eine Krampfader-Operation hinter sich hat, kommt um die Nachsorge in der Arztpraxis nicht herum. Dabei ist die gute Zusammenarbeit zwischen Venenklinik und Praxisärzten der Garant für den dauerhaften Behandlungserfolg, bestätigt Norbert Schäfer aus Rosenheim in Bayern:

Die Nachsorge nach einer ambulanten oder stationären Varizenoperation umfasst zunächst die unmittelbare postoperative Kontrolle: Wundnachschau, Entfernung der Hautfäden und bei Schwellungsneigung Lymphdrainage. Nach ca. drei Monaten wird eine Ultraschallkontrolle durchgeführt. Dabei wird festgelegt, inwiefern noch ergänzende Maßnahmen eingeplant werden müssen, um das Behandlungsergebnis zu optimieren. Diese Maßnahmen werden ausnahmslos ambulant durchgeführt. Nach Varizenoperationen oder Verödungen von Krampfadern ist das Tragen von Kompressionsstrümpfen je nach Behandlung für einige Tage bis ca. 4 bis 6 Wochen erforderlich.

Die Kompressionsbehandlung wurde schon in der Antike von HIPPOCRATES beschrieben, aber erst in der zweiten Hälfte des letzten Jahrhunderts wurden ihre Wirkungsmechanismen erforscht. Sie ist die Basisbehandlung von chronischen Venenkrankheiten. Bei erheblichen Stauungen oder gar schon bestehenden Gewebsverhärtungen wird dies in den meisten Fällen zunächst mit einem Kompressionsverband erfolgen, ansonsten ist der medizinische Kompressionsstrumpf im Alltag komfortabler.

Für ein gefährdetes Bein bedeutet frühzeitige Kompressionstherapie Erholung und Pflege. Im Falle eines Venenleidens ist die Kompressionstherapie das „Herzstück“ jeder Behandlung. Eine einmal erweiterte Vene, eine Krampfader, bildet sich nicht mehr zurück und bedarf einer lebenslangen Behandlung oder Beseitigung.

Kompressionstherapie bedeutet: Druck von außen auf erweiterte venöse Gefäße. Dadurch werden die Venen verkleinert und im günstigsten Fall schließen intakte Venenklappen wieder. Das Blut kann wieder besser aus den Beinen abtransportiert werden. Entscheidend für die Wirkung der medizinischen Kompressionsstrümpfe ist das konsequente Tragen. Medizinische Kompressionsstrümpfe garantieren korrekte Druckwerte sowie einen wohldosierten Druckabfall. Die Druckwerte verringern sich stufenlos von der Fesselpartie in Richtung Herz.

Eine Kompressionstherapie kann angewandt werden:

- bei Beschwerden durch Krampfadern, etwa schwere und müde Beine, Schwellungsgefühle und Schmerzen im betroffenen Bein,
- in der Schwangerschaft,
- zur Vorbeugung einer tiefen Beinvenenthrombose,



Norbert Schäfer



Venencheck
Foto: Deutsche Venenliga



Venencheck
Foto: Deutsche Venenliga

- als vorbeugende Maßnahme bei Berufen mit vorwiegend stehender oder sitzender Tätigkeit und bei Beschwerden,
- bei Flugreisen,
- wenn aktive Maßnahmen wie eine Sklerotherapie oder Operation nicht möglich sind.

Quelle:

Norbert Schäfer, Facharzt für Allgemeinmedizin / Phlebologie
Max-Josefs-Platz 1
83022 Rosenheim
Tel. 08031- 13197

Wussten Sie schon...

... dass sich die Thrombosegefahr bei langem Sitzen erhöht?

Bewegungsmangel durch langes Sitzen, das ist schon länger bekannt, ist ein Risikofaktor für tiefe Beinvenenthrombosen. Das gilt vor allem für lange Flugreisen. Diese waren vor einigen Jahren besonders ins Visier geraten, als eine 28jährige Britin nach einem Flug von Sydney nach London kurz nach der Landung an einer Lungenembolie verstarb.

Aber auch im beruflichen Alltag droht den Beinvenen Ungemach: Stundenlanges Sitzen am Schreibtisch, so hat eine aktuelle Studie aus Neuseeland ergeben, erhöht ebenfalls die Gefahr, an einer tiefen Beinvenenthrombose zu erkranken.

In der Studie wurden 97 Patienten untersucht, bei denen in den vergangenen zwölf Monaten eine tiefe Beinvenenthrombose oder eine Lungenembolie diagnostiziert worden war.

Die Forscher kamen dabei zu dem Ergebnis,

dass sich das Risiko, an einer tiefen Beinvenenthrombose zu erkranken, mit jeder Stunde um 10% erhöht. Steht der Betroffene innerhalb einer Stunde nicht ein einziges Mal auf, steigt dieses Risiko sogar auf 20% an.

Die beste Vorbeugung gegen eine durch langes Sitzen ausgelöste Beinvenenthrombose ist daher, regelmäßig aufzustehen und die Sitzphasen so kurz wie möglich zu halten. Ein besonders wirkungsvoller Schutz sind außerdem medizinische Kompressionsstrümpfe. Sie helfen nicht nur, wenn bereits eine Venenerkrankung vorliegt, sondern sind in der Kompressionsklasse I auch als wirkungsvolle Prophylaxe geeignet. Zum Schutz vor Reisthrombosen gibt es außerdem spezielle Reistrempfe.

Quelle: West J et Al.: A case-control study of seated immobility at work as a risk factor for venous thromboembolism. J R Soc Med 2008; 101:237-243.

Aktuelles aus der Gesundheitspolitik

- ✓ Während die privaten Krankenversicherer (PKV) die im Referentenentwurf für die **Gebührenordnung der Zahnärzte (GOZ)** vorgesehene Öffnungsklausel ausdrücklich begrüßen, laufen Ärzte und Zahnärzte dagegen Sturm.
- ✓ Nach Ansicht des Präsidenten des Bundesversicherungsamtes (BVA), Josef Hecken, ist der derzeitige **Beitragssatz** von 15,5 % in der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) „auskömmlich“ für die nächsten drei bis vier Jahre.

Industrieticker

Eine Vorbeugung gegen durch zu langes Sitzen hervorgerufene Venenerkrankungen sind spezielle gymnastische Übungen, die Jeder zu Hause oder am Arbeitsplatz leicht selber durchführen kann. Die **eurocom** hat die wichtigsten venengymnastischen Übungen jetzt in einer kleinen Broschüre zusammengefasst, die auf ihrer Internetseite www.eurocom-info.de herunter geladen werden kann. Zu allen Übungen gibt es neben einer Beschreibung anschauliche Zeichnungen. Ärzte können diese Broschüre beispielsweise als Serviceleistung betroffenen Patienten mitgeben oder sie auf diese Möglichkeit hinweisen.

Obwohl Funktionsfasern hautfreundlicher, strapazierfähiger und weniger Schadstoff belastet als Baumwolle sind, genießt Baumwolle den besseren Ruf. Sie gilt als weich und hautsympathisch. Tatsächlich speichert sie jedoch Feuchtigkeit durch Schwitzen und reizt so die Haut. Insbesondere die strapazierte Haut von Venenpatienten kann dadurch austrocknen und anfälliger für bakterielle Infektionen werden. **medi** verzichtet aus diesem Grund bei Kompressionsstrümpfen und Bandagen auf Baumwolle und verwendet Funktionsfasern. Sie transportieren Feuchtigkeit von der Haut weg, sind luftdurchlässig und formbeständig. Diese Vorteile sind hinlänglich von Sport- und Wanderbekleidung bekannt. Im Gegensatz zu chemisch belasteter Baumwolle aus konventionellem Anbau werden die von **medi** verwendeten Funktionsfasern unter strengen Qualitätsrichtlinien produziert, nach Öko-Tex Standard 100 geprüft und zertifiziert. Nähere Informationen über die Vorzüge der **medi**ven Kompressionsstrümpfe und der **medi** Bandagen finden Sie unter www.arzt.medi.de.

Juzo® erweitert zum 01.12.2008 die Farbvielfalt seiner Flachstrickqualitäten **Juzo Expert** und **Juzo Expert Strong**: Neben den Farben Haut, Rot, Blau, Dunkelblau, Grau und Schwarz

sind die Expertenversorgungen für Phlebologie, Lymphologie und Narbenversorgung nun auch in der Farbe „Mocca“ (dunkles Braun) erhältlich. Die Entscheidung für diesen Farbton fiel nicht zuletzt aufgrund seines großen Erfolges bei den Rundstrickqualitäten (**Juzo®** Attractive, Hostess und Soft Rib). Mehr Informationen unter www.juzo.com

Die **BSN-JOBST** GmbH hat ihr umfassendes Flachstricksortiment weiter ergänzt. Ab sofort wird der **JOBST® Elvarex®** Soft auch als Armstrumpf (Längentyp CG1) nach Maß in der Kompressionsklasse 2 angeboten. Als Zusatz ist ein Noppen-Haftrand erhältlich, der entweder innen eingenäht, mit $\frac{3}{4}$ Umfang innen eingenäht oder oben angenäht werden kann. Die Hilfsmittelnummer lautet: 17.10.04.1029. Für weitere Informationen senden Sie uns bitte eine E-Mail an folgende Adresse: jobst.gmbh@bsnmedical.com

In die Strümpfe - fertig - los! So fängt der Tag gleich gut an - mit **Ofa fit**, der praktischen An- und Ausziehhilfe für alle Kompressionsstrümpfe, von **Ofa Bamberg**. Geeignet für offene oder geschlossene Spitze fällt es ganz leicht, Tag für Tag in Kompressionsstrümpfe und Strumpfhosen hineinzuschlüpfen. Durch das handliche Format passt **Ofa fit** in jede Tasche und kann überall mit hingenommen werden. Ohne große Mühe hilft **Ofa fit** mit dem praktischen slip-in, slip-out-System schnell und problemlos in den Strumpf. So beginnt der Tag für alle Kompressionsstrumpftäger(innen) nicht mehr mit einem morgendlichen Kraftakt und endet am Abend ohne Ärger beim Ausziehen. Eine gesunde Idee für die Nerven und die Beine. Jeden Morgen schneller fit auf den Beinen mit **Ofa fit**. Weitere Informationen unter: www.ofa.de, Tel: 0951 6047-333, kundenservice@ofa.de