

Informationen für Gynäkologen und Hebammen

Schwangerschaft — Kraftakt für die Venen



Schwangerschaft – Kraftakt für die Venen

Frauen sind von Venenerkrankungen häufiger betroffen als Männer. Dass das so ist, liegt unter anderem an den Hormonveränderungen während der Schwangerschaft. So führt die erste Schwangerschaft bei jeder dritten Frau zu Schwangerschaftsvarizen, jede weitere Schwangerschaft erhöht das Risiko zusätzlich. Grund dafür ist die vermehrte Produktion der Hormone **Progesteron** und **Östrogen**.

Progesteron wirkt venenerweiternd. Betroffen sind sowohl das oberflächliche Venennetz als auch tiefliegende Leitvenen. Die Folge: Die Venenwände dehnen sich und die venöse Fließgeschwindigkeit des Blutes wird verlangsamt. Durch die vermehrte Produktion von **Östrogen** wird gleichzeitig verstärkt Wasser im Gewebe angelagert, das Bindegewebe wird zusätzlich geweitet.

Das erhöhte **Blutvolumen** belastet die Venen zusätzlich. Bereits zu Beginn der Schwangerschaft nimmt das Blutvolumen um etwa 20 Prozent zu, da der Embryo über den mütterlichen Blutkreislauf mitversorgt werden muss. Zwischen der 32. und der 36. Schwangerschaftswoche erreicht das Plasmavolumen sein Maximum und führt zu akuten hämodynamischen Änderungen.

Bei schwangeren Frauen ist das Risiko, an einer **Thrombose** zu erkranken, außerdem drei- bis fünfmal höher als bei einer Nichtschwangeren.

Was kann die Schwangere tun?

Gegen eine Veranlagung zu einer Bindegewebsschwäche lässt sich nicht viel ausrichten. Aber die betroffenen Frauen können selber einiges unternehmen, um ihre Venen zu unterstützen und Venenproblemen vorzubeugen:

- Durch regelmäßige **Bewegung** wird die Waden-Muskel-Pumpe aktiviert. Das Blut wird leichter zum Herzen zurücktransportiert.

- Langes **Sitzen** oder **Stehen** sollte vermieden werden.
- Öfter mal eine **Ruhepause** einlegen und die Beine hochlagern.
- Kalte Güsse vom Knie an abwärts und **Wechselbäder** fördern die Durchblutung.

Was können Sie tun?

Kontrollieren Sie die Beine der Schwangeren bei jedem Vorsorgetermin. Geschwollene Beine können auch ein Hinweis auf eine Gestose sein.

Bei einer bereits bestehenden Schwangerschaftsvarikose, aber auch zur Prophylaxe helfen vor allem medizinische **Kompressionsstrümpfe**. Auch die **intermittierende pneumatische Kompression (IPK)** ist bei einer Schwangerschaftsvarikose indiziert.

Medizinische Kompressionsstrümpfe üben einen genau definierten Druck auf die betroffenen Beine aus und pressen die erweiterten Venen wieder zusammen. Dadurch können die Venenklappen wieder schließen, der Blutrückfluss zum Herzen kann ungehindert stattfinden. Ein weiteres Plus der Kompressionsstrümpfe: Sie haben keine Nebenwirkungen und keinerlei negative Auswirkungen auf das Ungeborene.

Für Schwangere bietet der Sanitätsfachhandel spezielle Strumpfhosen an, die sich dem wachsenden Bauchumfang anpassen und gleichzeitig den medizinisch erforderlichen Druck am Bein gewährleisten.

Liegt eine entsprechende Indikation vor, können medizinische Kompressionsstrümpfe zu Lasten der gesetzlichen Krankenkassen verordnet werden. Schwangere sind dabei von der gesetzlichen Zuzahlung befreit.

Verordnungstipps

Verordnen Sie medizinische Kompressionsstrümpfe immer auf einem separaten Rezept, auf dem das Feld Nummer 7 (Hilfsmittel) mit einer „7“ markiert wird.

Auf das Rezept gehören folgende Angaben:

- genaue Indikation/Diagnose (ICD-10 Code)
- Anzahl der Strümpfe/Strumpfhosen (1 Paar oder 1 Stück)
- erforderliche Kompressionsklasse (KKL 1 bis KKL 4)
- Länge (z.B. Umstandshose AT/U)
- Art der Fußspitze (offen oder geschlossen)
- Hilfsmittelnummer
- Vermerk „Maßanfertigung“ (falls erforderlich)

Rezeptbeispiel:

Kommission Dr. Kuchelberg

ICD-10: **7**

Diagnose:
Schwangerschafts-
varikose

1 Stück Kompressionsstrumpfhose mit
Schwangerschaftsleitteil (AT/U)
CCL2 geschlossene Fußspitze

Unterschrift des Arztes
Muster 10.01.2002

Übrigens: Die Verordnung von Hilfsmitteln **belastet** Ihr **Arznei- und Heilmittelbudget nicht**.

Herausgeber:

eurocom e.V. - european manufacturers federation for
compression therapy and orthopaedic devices

August-Klotz-Str. 16d, 52349 Düren

Tel.: 0 24 21/95 26 52, Fax: 0 24 21/95 26 64

Mail: info@eurocom-info.de, www.eurocom-info.de