



PRESSEMITTEILUNG

Chronisches Venenleiden nicht unbehandelt lassen

Apothekerkammer Bremen rät zur Untersuchung und berät zu Behandlungsmöglichkeiten

Bremen, 01. Juni 2016 – Gerade an warmen Tagen haben viele Menschen abends geschwollene Beine bzw. Knöchel oder Füße. Die Haut spannt, die Beine fühlen sich an wie Blei. In vielen Fällen handelt es sich bei den Betroffenen um „einfache“ Ödeme, die schnell wieder verschwinden. Es kann allerdings auch eine chronisch venöse Insuffizienz (CVI) vorliegen, die mit zunehmendem Alter schlimmer werden kann. Wer erste Anzeichen wie Besenreiser, Krampfadern, geschwollene oder auch juckende Beine bemerkt, sollte die Ursache schnellstens beim Arzt abklären lassen.

Rund 50 Prozent der Männer und 63 Prozent der Frauen sind von dem Symptom schwerer Beine betroffen. Der Körper besteht zu etwa 70 Prozent aus Wasser, wobei sich der größte Teil außerhalb der Blutgefäße im Gewebe befindet. Ist das Gleichgewicht zwischen Gewebsflüssigkeit und Blut gestört, kommt es vermehrt zu Wassereinlagerungen, den sogenannten Ödemen. „Frauen leiden aufgrund ihres schwächeren Bindegewebes und hormoneller Einflüsse häufiger darunter als Männer“, so Dr. Isabel Justus, Geschäftsführerin der Apothekerkammer Bremen. Das Problem betrifft vereinzelt auch Jüngere, spielt aber mit zunehmendem Alter eine immer größere Rolle. Gerade schwere Verlaufsformen treten bei älteren Patienten auf. „Wer zudem viel sitzt oder hauptsächlich steht und sich tagsüber wenig bewegt, hat abends mit geschwollenen, schweren Beinen zu kämpfen.“ Schwangere leiden oftmals besonders zum Ende der Schwangerschaft hin unter Ödemen. Dabei sind nicht nur die hormonellen Veränderungen Grund für einen veränderten Wasserhaushalt und der Bindegewebsbeschaffenheit, sondern auch der erhöhte Druck auf die großen Venen im Bauchraum.

Volkskrankheit Venenleiden

In der Regel verschwinden die Schwellungen innerhalb kürzester Zeit wieder, sobald die Beine eine Zeitlang hochgelegt wurden und sind von harmloser Natur. „Dauerhaft dicke Beine oder sogar Verfärbungen können allerdings auch Zeichen von einer chronisch venösen Insuffizienz sein und sollten dringend vom Hausarzt oder Venenspezialisten – Phlebologen – abgeklärt werden“, rät Justus. Unbehandelt, schreitet das Venenleiden fort und kann im schlimmsten Fall zum offenen Bein führen. „Je eher eine chronisch-venöse Insuffizienz behandelt wird, desto besser sind die Chancen, das Leiden so gut wie möglich einzudämmen“, erklärt Justus.



Hilfsmittel und Tipps

„Bewegung ist hier schon einmal das A und O“, so Justus. „Gerade an heißen Tagen sollten lange Sitz- und Stehphasen vermieden werden. Zwischendurch herumlaufen oder die Mittagspause für einen kleinen Spaziergang zu nutzen, tut den Beinen genauso gut wie ein paar Minuten hochlegen.“ Weitere sinn- und wirkungsvolle Maßnahmen, um den Beinen auf die Sprünge zu helfen, sind beispielsweise Treppen steigen statt Fahrstuhl fahren, Kneipen (Wassertreten), kalte Beingüsse, oder Fußgymnastik wie mit den Füßen von vorne nach hinten zu wippen oder kreisen zu lassen.

In der Apotheke gibt es zahlreiche pflanzliche Arzneimittel mit den Wirkstoffen des Roten Weinlaubs, der Rosskastaniensamen, des japanischen Schnurbaums oder auch des Mäusedornwurzelstock. Klinische Studien belegten eine positive Wirkung bei oraler Einnahme. So konnte anhand einer Studie gezeigt werden, dass die Anschwellung der Unterschenkel nach Einnahme von Rosskastanien-Extrakt vergleichbar mit einer Kompressionstherapie war. Die Wirkstoffe der Phytopharmaka wie Aescin und Oxerutin wirken der Schwellung wirksam entgegen, sind kapillarabdichtend und wirken antientzündlich. „Pflanzliche Venentherapeutika sollten allerdings ausreichend hoch dosiert sein und regelmäßig über einen längeren Zeitraum eingenommen werden, da die Wirksamkeit der Arzneimittel erst nach einigen Wochen der Einnahme eintritt“, so Justus. Kühlende Cremes können – schon morgens aufgetragen – ebenfalls für ein angenehmeres Gefühl sorgen, ebenso wie das Tragen von Stützstrümpfen, die freiverkäuflich in der Apotheke erhältlich sind. Hier gibt es allerdings klare Unterschiede zu medizinischen Kompressionsstrümpfen, die individuell im Orthopädie- oder Sanitätshaus angepasst und von den Krankenkassen bezuschusst werden. „Auch, wenn es gerade im Sommer unangenehm ist, die Strümpfe zu tragen, sorgen sie nichtsdestotrotz – regelmäßig angezogen – für eine verbesserte Venenfunktion“, gibt die Fachapothekerin zu bedenken. Die Kompressionstherapie kann auch mit der Einnahme von Phytopharmaka kombiniert werden.

Weitere Informationen unter: www.ak-bremen.de

Über die Apothekerkammer Bremen:

Die Apothekerkammer Bremen vertritt die Anliegen der Apothekerschaft in Bremen und Bremerhaven. Sie vermittelt die Interessen der rund 540 Kammermitglieder im Land Bremen in der Politik, der Öffentlichkeit und den Medien. Hinter den Mitgliedern stehen etwa 180 öffentliche Apotheken und drei Krankenhausapotheken. Die Kammer engagiert sich für ein kostenbewusstes Gesundheitssystem, für hohe Qualität und Beratungskompetenz in den Apotheken.

Pressekontakt:

neusta communications GmbH
Wiebke Jakob
Konsul-Smidt-Straße 24
28217 Bremen



Apothekerkammer Bremen
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Eduard-Grunow-Str. 11
28203 Bremen
Telefon: 0421/17 09 17

Telefon: 0421/79 06 89

E-Mail: w.jakob@neusta-communications.de