

Schatten der Schwangerschaft



Eine Schwangerschaft ist eine Zeit voller schöner Momente und Erlebnisse. Doch können währenddessen auftretende Erkrankungen die Stimmung etwas trüben. Zu den typischen Leiden in der Zeit vor der Geburt gehören unter anderem Krampfadern und Hämorrhoiden. Professor Dr. Dr. Stefan Hillejan von der Universität Chisinau, Phlebologe und Proktologe der Praxisklinik für Venen- und Enddarmkrankungen in Hannover, gibt Tipps, wodurch Frauen diesen Entwicklungen vor und während der Schwangerschaft vorbeugen können.

Krampfhaftige Veränderungen

In der Schwangerschaft produziert der Körper das Hormon Progesteron. Dieses führt zu dehnbarem Bindegewebe, damit Bauch und Gebärmutter wachsen können. Allerdings erweitert das Hormon auch die Venen und begünstigt damit die Entstehung von Krampfadern. Zusätzlich drückt das heranwachsende Kind auf die Gefäße in Richtung Bein, was den Blutfluss weiterhin stört. „Um Krampfadern während einer Schwangerschaft vorzubeugen, tragen werdende Mütter ab dem vierten Schwangerschaftsmonat am besten tagsüber Kompressionsstrümpfe“, empfiehlt der Experte. Gleichmäßiger Druck am gesamten Bein unterstützt die Funktion der Venenklappen. Regelmäßige Bewegung sowie ein gelegentliches Hochlegen und morgendliches Kalt-duschen der Beine gelten zudem als förderlich. Im Liegen sollten sich Frauen leicht auf die linke Körperseite drehen, wodurch sich der Druck auf die in der Körpermitte liegende, große Hauptvene reduziert. In der Regel bilden sich die geweiteten Adern nach der Entbindung innerhalb mehrerer Monate von selbst zurück. Andernfalls sollte sie ein Facharzt für Venenerkrankungen (Phlebologe) vorsorglich untersuchen. Befindet der Spezialist die geweitete Vene als behandlungsbedürftig, kann die Patientin heutzutage auf schonende Verfahren, wie etwa die endovenöse Lasertherapie, zurückgreifen, die das betroffene Gefäß mithilfe von Hitzeimpulsen sanft von innen verschließt.

Unterleib unter Druck

Hämorrhoiden beschreiben Mediziner als eine spezielle Form von Krampfadern, die sich bei etwa 30 Prozent aller schwangeren Frauen im Bereich des Enddarms bilden. „Das den After abdichtende Geflecht aus Gefäßen schwillt hierbei an und tritt in einigen Fällen nach außen hervor“, erläutert Professor Hillejan. Vorbeugen lässt sich der Gefäßschwellung mit einer ballaststoffreichen Ernährung, der täglichen Aufnahme von mindestens zwei Litern Wasser oder Tee und regelmäßiger Bewegung. So vermeiden werdende Mütter die vor allem in der Schwangerschaft häufig auftretende Verstopfung – eine der Hauptursachen von Hämorrhoiden. Aber auch Baby und Gebärmutter engen die Gefäße rund um den Enddarm mit zunehmendem Wachstum immer mehr ein, sodass es durch den erhöhten Druck zu einer Schwellung des Hämorrhoidalpolsters kommt. Juckreiz, Blutungen und auch Schmerzen folgen. Im Anfangsstadium verschaffen kurz aufgelegte, kühlende Kompressen oder spezielle Zäpfchen und Salben kurzfristig Linderung. Meistens bessern sich die Beschwerden nach der Schwangerschaft. Bilden sich die gestauten Polster nach der Entbindung nicht zurück, sollte ein Proktologe über das weitere Vorgehen entscheiden. Betroffene müssen sich heute auch bei fortgeschrittenen Hämorrhoidalleiden nicht mehr einer Operation unterziehen, sondern können moderne risiko- und schmerzarme Therapien, wie die Laserhämorrhoidoplastie, wählen.



Professor Dr. Dr. Stefan Hillejan von der Universität Chisinau, Phlebologe und Proktologe an der Praxisklinik für Venen- und Enddarmkrankungen in Hannover