

Krampfadern

Zeit für schöne Beine

Mithilfe einer neuen Lasertherapie, lassen sich Krampfadern heute schnell und schonend entfernen

Schlank und makellos – so wünschen sich viele Frauen ihre Beine. Doch nur wenige können diese kombinierten Eigenschaften vorweisen. Neben kleinen Fettpölsterchen und Orangerhaut leidet etwa jede zweite Frau in Deutschland an Krampfadern – erweiterten Venen, in denen sich Blut staut.

Venen von innen verschließen

Mittels einer neuartigen Lasertherapie können sich Betroffene jedoch in weniger als einer halben Stunde von ihrem Venenleiden befreien lassen. „Hierbei verschließen wir Krampfadern in nur wenigen Minuten gezielt und nebenwirkungsarm von innen“, erklärt Prof. Dr. Stefan Hillejan von der Praxisklinik für Venen- und Enddarmkrankungen in Hannover.

Mithilfe eines Ultraschallgerätes wird zunächst die betroffene Vene ausfindig gemacht und ihr Verlauf auf der Haut markiert. Unter leichter Narkose führt der Experte dann eine feine Laserfaser unterhalb der erkrankten Vene in das Gefäß ein und schiebt die Sonde bis zum oberen Venenabschnitt in Richtung der Leiste und beginnt von da an, die Faser mit Hilfe des Lasers gleichmäßig zurückzuziehen.

Prof. Hillejan erklärt: „Durch die Wärmeabgabe des Lasers schrumpft das Kollagen in den Venenwänden und das Gefäß schließt sich sogleich.“ Überreste der verschlossenen Blutbahn baut der Körper in kurzer Zeit vollständig ab und das Blut fließt über parallel verlaufende gesunde Venen. Nach dem Eingriff unterstützt ein Kompressionsstrumpf das Ergebnis.

Gefäße elastisch halten

Zwar gilt als Hauptursache von Krampfadern ein (erblich bedingtes) schwaches Bindegewebe, jedoch lassen sich Risikofaktoren für die Entstehung von „Varizen“ erheblich vermindern und die Elastizität und Belastbarkeit der Venen natürlich unterstützen. Hier einige Beispiele:

• **Kleidung:** Bequeme Schuhe sowie locker sitzende Socken und Hosen beugen einem Blutstau im Bein vor.

• **Bewegung:** Um die Venenfunktion so gut es geht zu unterstützen, gilt: wenig sitzen und stehen, mehr liegen und gehen. Bei Büroarbeit hilft es, zwischendurch abwechselnd Fußspitze und Ferse zum Körper zu ziehen und die Beine so in Bewegung zu halten.

• **Richtig liegen:** Beim Liegen sollten die Beine höher gelagert werden, um den Blutrückfluss zum Herzen zu erleichtern.

TIPPS FÜR SCHÖNE BEINE

- **Lieber das Auto stehen lassen und auch öfter mal die Treppe benutzen**
- **Viel trinken und für eine ausgewogene, ballaststoffreiche Ernährung sorgen**
- **Übergewicht vermeiden und entgegenwirken**
- **Hohe Schuhabsätze und enge Hosen vermeiden**
- **Regelmäßig Wechsel-duschen anwenden**

Als Hauptursache für Krampfadern gilt ein schwaches Bindegewebe

Gut 50% der Frauen in Deutschland leiden unter Krampfadern