



**PROF. DR. DR.
STEFAN
HILLEJAN,**
Phlebologe und
Proktologe,
Praxisklinik
Hannover

Vorbote von Krampfadern

Was sind eigentlich Besenreiser und sind sie gefährlich?

**Das
sagt der
Experte**

Es handelt es sich um winzige erweiterte Venen, die allein keine Gefahr für die Gesundheit darstellen. Allerdings deuten sie oft auf eine Bindegewebschwäche hin und gelten als Vorboten von Krampfadern. Betroffene sollten vorsorglich ihren Venenfluss untersuchen lassen.

Wie lässt sich vorbeugen?

Zu den Hauptursachen gehört die Bindegewebschwäche. Sie tritt oftmals genetisch bedingt auf und lässt sich nicht therapieren. Betroffene können aber trotzdem etwas tun. Viel Bewegung – etwa Walken und Treppensteigen – und ausreichend Flüssigkeitszufuhr sind wichtig. Beides fördert die Elastizität der Venenwände und einen reibungslosen Blutfluss. Abzuraten ist von ausgiebigen Saunagängen und Sonnenbädern, sie fördern die Entstehung von Besenreisern und Krampfadern.

Helfen Cremes?

Gegen bestehende Besenreiser kommt leider kein sanftes Mittel wie Sport oder Cremes an. Handelt es sich nur um ein kosmetisches Problem und schließt ein Phlebologe ernsthafte Venenerkrankungen aus, muss aus medizinischer Sicht keine Behandlung erfolgen.