

Schatten der Schwangerschaft

Eine Schwangerschaft ist eine Zeit voller schöner Momente und Erlebnisse. Doch können währenddessen auftretende Erkrankungen die Stimmung etwas trüben. Zu den besonders lästigen aber typischen Leiden in der Zeit vor der Geburt gehören etwa Krampfadern und Hämorrhoiden. Erwarten Frauen ein Baby, macht der Körper viele Veränderungen durch – von der Umstellung des Hormonhaushaltes bis hin zu geburtsvorbereitenden Vorgängen in den Gefäßen. „Sie alle begünstigen in vielen Fällen die Weitung der Venen, wodurch die darin liegenden Venenklappen nicht mehr richtig schließen und einen Blutstau fördern“, erklärt Prof. (Univ. Chisinau) Dr. Dr. Stefan Hillejan, Phlebologe und Proktologe der Praxisklinik für Venen- und Enddarkerkrankungen in Hannover. Mit speziellen Tipps können Frauen diesen Entwicklungen vor und wäh-

rend der Schwangerschaft vorbeugen oder sie bei Auftreten lindern.

Krampfhaftes 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 Blutwege 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 Prof. Hillejan. Gleichmäßiger Druck am gesamten

Bein unterstützt die Funktion der Venenklappen. Regelmäßige Bewegung sowie ein gelegentliches Hochlegen und morgendliches Kaltduschen 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 erweiterte 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.