

## **Krampfadern – mehr als ein kosmetisches Problem**

Wer mit beiden Beinen im Leben steht und von Krampfadern geplagt wird, weiß: Krampfadern sehen nicht nur unschön aus, sondern verursachen auch zahlreiche Beschwerden, die sowohl bei der beruflichen Arbeit als auch im privaten Alltag äußerst unangenehm sein können. Häufig sind die Betroffenen erblich vorbelastet. Es handelt sich dabei um eine angeborene Bindegewebs- und Venenwandschwäche, die mit dem Alter zunimmt. Bewegungsmangel, stehende Tätigkeit, Übergewicht, Schwangerschaft und falsches Schuhwerk tragen außerdem dazu bei, dass sich Krampfadern bilden. Sicher lassen sich manche Ursachen, wie etwa eine Krampfader begünstigende Körperhaltung bei der Arbeit oft nicht vermeiden. Und sind die Schäden erst einmal vorhanden, lassen sie sich nur schwer rückgängig machen. Man kann jedoch versuchen, Krampfadern so weit wie möglich vorzubeugen. Und man kann sie mit geeigneten Therapien behandeln. Welche Maßnahmen im Einzelfall sinnvoll sind, auch um schwerwiegende Folgen zu vermeiden, kann am besten der Arzt entscheiden. Die Erfahrung lehrt, dass man sich manche Unannehmlichkeiten erspart, wenn man schon bei den ersten Anzeichen von Krampfadern ärztlichen Rat und Hilfe in Anspruch nimmt. Facharzt für Venenerkrankungen ist der Phlebologe.

### **Warum sind Venen so wichtig?**

Venen und Arterien bilden die Transportwege des Blutes. Die Venen übernehmen dabei die Aufgabe, das Blut zum Herzen zurückzuführen- bis zu 7000 Liter täglich. Sie bilden im Herz-Kreislauf-System die wichtigsten Blutspeicher mit ca. 50-60% des gesamten Blutvolumens. Um das Blut herzwärts führen zu können, verfügen die Venen über kleine Verschlussklappen, die wie eine Schwingtür mit Richtungssperre funktionieren. In gesundem Zustand öffnen sie sich für den Blutstrom herzwärts und verhindern einen Rückfluss. Es handelt sich um einen komplizierten Vorgang, bei dem sich die Gefäße zusammenziehen und erweitern und der durch Atmung, Herztätigkeit und Muskelanspannung gesteuert wird. Entgegen aller Schwerkraft muss das Blut in den Beinvenen weit nach oben zum Herzen gepumpt werden. Diese Pumpleistung wird vor allem durch die Wadenmuskulatur erbracht. Man spricht auch von der sog. Muskelpumpe, die bei jeder Bewegung das Blut ein Stückchen höher in Richtung Herzen pumpt.

### **Was passiert, wenn Venen schwach werden und sich Krampfadern bilden?**

Bei der Veranlagung zur Krampfaderbildung erweitert der fortwährende Druck des Blutes auf die Venenwände die Venen, so dass die Venenklappen nicht mehr funktionsgerecht schließen. Das Blut sackt in den Venen zurück, es staut sich und der Innendruck erhöht sich. Die Venenwände dehnen sich weiter aus, sie werden dicker, verlängern und schlängeln sich. Es bilden sich kleine sack- und knotenartige Verformungen, die erbsen- bis walnussgroß und sogar noch größer werden können. Allerspätestens jetzt sollte eine Therapie eingeleitet werden, damit es nicht zu schwerwiegenden Folgekomplikationen kommt. Setzt sich der Stau und die Überdehnung von den oberflächlichen Venen zu den tiefer gelegenen fort, ist schließlich das gesamte Venensystem der Beine gestört. Diese chronische venöse Stauung kann zu Entzündungen und Ödemen bis hin zum „offenen Bein“ führen. Zudem können sich in den entzündeten Venen Blutgerinnsel (Thromben) bilden. Löst sich ein solcher Blutpfropf und wandert über die Blutbahn in die Lunge, kann eine lebensbedrohliche Embolie die Folge sein.