



VENENPROBLEME IN DER SCHWANGERSCHAFT

Jede dritte Frau bekommt bei ihrer ersten Schwangerschaft Krampfadern. Bei weiteren Schwangerschaften haben sogar sechs von zehn Frauen Probleme mit den Venen.

Viele nehmen die Beschwerden als schicksalhaft hin, in der Hoffnung, dass die Krampfadern sich nach der Entbindung wieder zurückbilden. Dies ist jedoch nicht der Fall. Nicht selten bleiben deutliche Venenerweiterungen bestehen, die in der Folgezeit zu einem Fortschreiten des Krampfaderleidens führen.

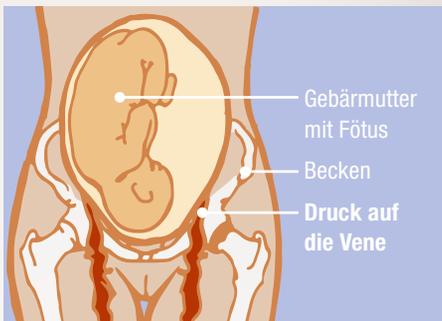


Ihr Fachhändler

Beinvenen stehen unter Überdruck

Die körperlichen Belastungen in der Schwangerschaft begünstigen die Entstehung von Venenproblemen. Besonders bei Frauen, die schon mehrere Geburten hatten, treten Venenleiden auf. In der Schwangerschaft nimmt das im Körper vorhandene Blutvolumen um ca. 25 % zu, da der mütterliche Kreislauf das Kind mitversorgt. Die Venen haben dadurch eine weitaus größere Arbeit zu bewältigen.

Während der Schwangerschaft wird das Bindegewebe hormonell bedingt durch Progesteron und Östrogen dehnbarer und außerdem wird Wasser leichter im Gewebe eingelagert. Die Venenwände verlieren an Spannung und erweitern sich. Die Venenklappen verlieren teilweise ihre Rückstaufunktion und dadurch versackt mehr Blut in den Beinen. Durch das wachsende Kind erhöht sich der Druck in den Beinvenen um ein Vielfaches. Die Gebärmutter braucht mehr Raum und behindert den Rückfluss des venösen Blutes aus den Beinen. Zusätzlich verändert sich die Blutzusammensetzung dahingehend, dass Wasser leichter ins Gewebe austreten kann. Die Beine können schon nach kurzem Stehen oder Sitzen anschwellen.



Venenprobleme nicht auf die leichte Schulter nehmen

Venenerkrankungen äußern sich anfangs meist ganz harmlos. Viele Schwangere haben Beinbeschwerden ohne äußerlich sichtbare Veränderungen. Erst ist es "nur" ein Schwere- und Müdigkeitsgefühl in den Beinen. Später kommen tagsüber oft Schwellungen an Fuß und Unterschenkel hinzu. Meist macht sich an den Unterschenkeln auch noch ein quälender Juckreiz bemerkbar. Bereits zu Beginn der Schwangerschaft können auch kleine "Besenreiser" entstehen, später zeigen sich unschöne, blau-schwarz schimmernde erweiterte Venen in der Kniekehle und an der Innenseite des Unterschenkels.

Thromboserisiko

Während der Schwangerschaft und im Wochenbett ist das Risiko eine Thrombose zu erleiden drei- bis fünfmal erhöht gegenüber Nichtschwangeren. Risikofaktoren für eine venöse Thromboembolie sind: Langstreckenreisen, Alter ab 35, Mehrlingsschwangerschaften, Kinderwunschbehandlung, erbliche Veranlagung, Bettlägerigkeit bzw. Immobilität, vorhandenes Krampfaderleiden, Adipositas und Kaiserschnitt. Bei erhöhtem Thromboserisiko ist eine ärztliche Anamnese und Risikobewertung zu empfehlen.

Vorbeugung ist wichtig:

- Regelmäßige Bewegung an der frischen Luft
- Kalte Güsse und Wechselbäder vom Knie abwärts fördern die Durchblutung
- Langes Sitzen und Stehen vermeiden
- Öfter Beine hochlagern
- Bequeme Schuhe mit flachen Absätzen

Die richtige Therapie

Die rechtzeitige Behandlung von Venenleiden sind daher ein "Muss" für jede Schwangere. Jedoch wird eine werdende Mutter nur ungen Tabletten und Tropfen einnehmen.

Die sinnvollste und wirksamste "Soforthilfe" bei schweren, müden Beinen und Krampfadern bieten Kompressionsstrümpfe oder -strumpfhosen von COMPRESSANA. Damit gelingt es, die Beinvenen von außen zu unterstützen. Die Venen können dann nicht mehr schlapp machen, die Durchblutung der Beine wird entscheidend verbessert. Kompressionsstrümpfe können zu Lasten der Krankenkassen vom Arzt verordnet werden.

Moderne Kompressionsstrumpfhosen sind auf "Zuwachs" programmiert

Dank moderner Materialien und besonders luftiger Verarbeitung wird das Tragen von Kompressionsstrumpfhosen heute nicht mehr als Last, sondern als wohltuende Erleichterung empfunden. Modische Aspekte, wie Kompressionsstrümpfe in Trendfarben oder mit schickem Muster, erleichtern die tägliche Anwendung.



Das Leibteil passt sich durch seine hohe Elastizität wie eine zweite Haut an, ohne einzuengen. Das Material ist so fein, dass es am Bein kaum von einer normalen Strumpfhose zu unterscheiden ist.

Prophylaxe ohne Rezept

Sind bislang noch keine Venenleiden aufgetreten, sollten die Beine in der Schwangerschaft prophylaktisch unterstützt werden. Stützstrümpfe oder Stützstrumpfhosen sind eine ideale Möglichkeit, Ihre Venen in Form zu halten. Dies empfiehlt sich auch nach der Schwangerschaft, da sich Ihr Körper erst wieder auf den "Normalzustand" umstellen muss.

Stützstrümpfe und -strumpfhosen, und auch Schwangerschaftshosen von COMPRESSANA erhalten Sie rezeptfrei in Ihrer Apotheke oder im medizinischen Fachhandel. Informieren Sie jedoch Ihren Arzt, falls die Wirkung der Stützstrümpfe Ihre Beschwerden nicht lindert. In diesem Fall kann der Arzt medizinische Kompressionsstrümpfe per Rezept, für Sie ohne Kostenbeteiligung, verordnen.

Bewegung hält die Venen fit

Schwangere sollten zur Kompressionstherapie regelmäßig Venengymnastik durchführen, da diese die Wadenmuskelpumpe aktiviert und den Blutfluss verbessert. Optimal sind Schwimmen, Gehen, Radfahren und Wassergymnastik. Auf ausgedehnte Sonnenbäder, Sauna und Thermalbäder sollte eher verzichtet werden, da sich die Venen durch die Wärme noch mehr weiten. Die Beine sollten bei jeder Gelegenheit hochgelegt werden.

