

**Gefäss und Venenspezialist
Torsten Willenberg gehört zum
Nachfolgeteam des Venen-
chirurgen Dr. Andreas Oesch.
Dieser hat das Oesch-Häklein,
ein wichtiges Venenoperations-
instrument, entwickelt.**



«Die Vererbung spielt eine zentrale Rolle»

Krampfadern sind weitverbreitet und vor allem eines: äusserst unschön anzusehen. Gefährlich sind sie selten. Doch gibt es durchaus Gründe, für eine Venenoperation, sagt Venenspezialist Privatdozent Dr. med. Torsten Willenberg.

Was ist eine Krampfader?

Dr. Torsten Willenberg: Der Wortteil «Krampf» kommt ursprünglich vom althochdeutschen «krumm». Eine Krampfader ist eigentlich eine «Krummader», hat also mit Krämpfen direkt nichts zu tun. Solche krummen Venen sind äusserlich gut als Erhebung erkennbar. In «Krummader» sind die Venenklappen, welche das Blut herzwärts fliessen lassen, kaputt. Kann das Blut nicht mehr optimal zum Herzen transportiert werden, entsteht eine Stauung. Das Blut sammelt sich an und wird so zur «Krampfader» – auch Varize genannt. Die Venenklappen sind ein ausgeklügelter Mechanismus, mit welchem die Venen es schaffen, Blut gegen die Schwerkraft zur Sauerstoffversorgung in Richtung Herzen fliessen zu lassen. Dabei sind drei Faktoren wesentlich beteiligt:

– Das Herz verursacht mit den Pumpstössen eine Art Sog.

– Durch den Wechsel von Über- und Unterdruck beim Atmen entsteht ebenfalls eine Art Sog.

– Durch das Anspannen der Muskulatur wird Blut zum Aufwärtsfliessen gebracht. Dies wird auch Muskelpumpe genannt.

Ist die Neigung zu Krampfadern vererbbar?

Ganz klar ja. Das Erbliche steht bei dieser Krankheit im Vordergrund. In der Regel ist bei Betroffenen mindestens ein Eltern- oder zumindest Grosselternanteil ebenfalls betroffen. Doch es gibt Faktoren, welche diese Beschwerden verstärken: vor allem stehende, aber auch ausschliesslich sitzende Berufe. Dazu kommt als Risikofaktor das Übergewicht, denn dies erhöht den Blutdruck und verengt die Venen. Positiv beeinflussen kann man Venenerkrankungen durch Bewegung (Laufen, Spazieren etc.) oder Liegen. Bewegung tut den Venen grundsätzlich gut, da so der Blutfluss erleichtert wird.

Was sollte man zudem über Varizen wissen?

Bei Krampfadern ist häufig das oberflächliche Venensystem betroffen. Das oberflächliche Venensystem ist für den Blutrückfluss zum Herzen nicht wichtig und nur zu etwa 5 bis 10 Prozent daran beteiligt. Deshalb werden diese Venen auch häufig bei Bypassoperationen, bei Gefässoperationen nach einem Herzinfarkt, verwendet. Unsere oberflächlichen Venen sind also eine Art Ersatzteillager. Deshalb würde man niemals empfehlen, die breiteren Venen, Hauptvenen genannt (wenn sie gesund sind), aus kosmetischen Gründen zu entfernen. Denn sie können einmal wichtig sein, zum Beispiel für Bypassoperationen. Krampfadern allerdings können dafür nicht gebraucht werden und dürfen entfernt werden. Besenreiser, das sind gut sichtbare Äderchen ohne medizinisch bedenklichen Hintergrund, können auch nur aus kosmetischen Gründen entfernt werden – denn sie haben keine weitere Verwendung. Sie werden je nach Grösse durch Verödung oder mittels Laser entfernt. Bei Krampf-



aderoperationen werden immer nur die betroffenen Bereiche entfernt. Diese werden vorgängig via Ultraschalluntersuchung bestimmt.

Wann wird eine Operation unumgänglich?

Es gibt zwei medizinische Gründe für eine Operation:

– Beim Patienten entstehen Beschwerden (Schmerzen, Kribbeln, Gefühlsstörungen, Krämpfe ...) Diese Beschwerden machen sich typischerweise am Ende des Tages bemerkbar und werden durch das Hochlagern der Beine gelindert.

– Hautveränderungen. Wenn eine Schwellung am Bein (vor allem im Bereich des Knöchels) entsteht und bei Druck mit dem Finger eine klar sichtbare Delle zurückbleibt. Dies beweist eindeutig, dass ein erhöhter Venendruck im Bein gegeben ist. Doch auch in diesem Fall muss nicht immer sofort operiert werden. Regelmässige Überprüfung durch einen Spezialisten ist jedoch zentral.

Grundsätzlich gilt: Mit Varizen kann man gut leben, und sie sind in der Regel nicht gefährlich. Trotzdem sollte man auf der Hut sein und das letzte Stadium von Krampfadern, das offene Bein, eine nässende, offene Wunde am Unterschenkel, die nicht abheilt, unbedingt vermeiden. Krampfadern erhöhen auch nicht zwingend das Thromboserisiko, wie häufig vermutet wird. Auch bei Venenentzündungen gilt: Immer besser von einem Experten abklären lassen.

Welches sind die häufigsten Komplikationen von Venenoperationen?

Diese sind insgesamt sehr selten. Ab und zu kommen Nervenverletzung vor, da Venen und Nerven oft nahe beieinander liegen und deshalb beim Eingriff verletzt werden. Dies kann zu Empfindungsstörungen führen.

Wie kann man Krampfadern vorbeugen?

Wichtig ist, das Normalgewicht zu halten und sich ausreichend zu bewegen.

Auch wenn die erbliche Komponente sehr stark ist, können die Beschwerden so positiv beeinflusst werden. Durch den Verzicht aufs Beine-Übereinanderschlagen ist – wissenschaftlich gesehen – keine Prävention möglich. Denn es konnte nie wissenschaftlich erwiesen werden, dass das Überkreuzen der Beine die Entstehung von Krampfadern begünstigt. Andererseits ist klar, dass nach einigen Stunden des Beine-Überkreuzens die Venen eine Art leichte Quetschung erfahren, welche sicher nicht gesund ist für die Venen.

Was halten Sie von Stützstrümpfen?

Wichtig ist, dass es nicht einfach Stützstrümpfe sind, sondern medizinische Kompressionsstrümpfe. Ideal im Falle von Varizen sind solche der Klasse II. Damit ist die Symptomatik von Varizen gut behandelbar. Sie sind vielleicht auch gut geeignet, um neuen Varizen nach Ope-



rationen vorzubeugen, bewiesen ist das allerdings nicht. Und: Auf längeren Flugreisen würde ich solche Strümpfe jeder und jedem empfehlen, da in diesen Situationen das Thromboserisiko für alle erhöht ist.

Sind Frauen stärker von Krampfadern betroffen als Männer?

Nein. Varizen kommen bei beiden Geschlechtern etwa gleich häufig vor. Dass oft der Eindruck entsteht, mehr Frauen seien betroffen, hat sicher mit ästhetischen Gründen zu tun. Frauen reagieren schneller, wenn sie eine un schöne Veränderung an den Beinen entdecken.

Gesunde Venen, ein Leben lang

Monica Meier, dipl. Drogistin HF und Inhaberin der Drogerie Meier Römertor in Oberwinterthur, weiss, was unseren Venen guttut. Lesen Sie ihre Tipps:

– Es gibt hilfreiche Kuren mit Rosskastanienblüten-Extrakten. Sie lindern Venenentzündungen und unterstützen den Venentonus. Dadurch können Varizen eingeschränkt werden.

– Äusserlich hilft ein Venengel mit Mäusedornextrakt. Der Extrakt wird aus dem frischen Wurzelstock der Mäusedorns (*Ruscus aculeatus*) gewonnen und mit natürlichem Heparin ergänzt. Dieser Extrakt wirkt entzündungshemmend, abschwellend und verbessert die Venenfunktion. Venöse Stauungen werden merklich gelindert und der Rückfluss des venösen Blutes verbessert.

– Bei Besenreisern empfiehlt die Drogistin, die Beine kalt abzduschen. Danach die Beine mit einem sanften Massagehandschuh trocken reiben und anschliessend mit Schüssler-Salz-Bodylotion Nr. 1 & 11 eincremen.

– Bei einer leichten Venenentzündung haben sich homöopathische Mittel bewährt. Allen voran eine Mischung aus *Vipera*, *Lachesis* und *Apis*. Auch spagyrische Essenzen leisten wertvolle Dienste gegen Venenentzündungen. Hier vor allem Propolis, Belladonna und Aesculus. Halten die Beschwerden längere Zeit an oder verstärken sie sich, kontaktieren Sie unbedingt Ihren Hausarzt.

– Unterstützt werden die Beinvenen bei ihrer Arbeit durch die Muskulatur der

Beine. Deshalb ist es wichtig, die Beine möglichst viel zu bewegen. Gehen Sie viel zu Fuss und nehmen Sie die Treppe statt den Lift. Ebenfalls gut für die Venen sind Wandern, Fahrradfahren und Schwimmen. Wer eine sitzende Tätigkeit ausübt, sollte öfters mit den Beinen wippen. Am besten steht man ab und zu auf und stellt sich auf die Zehenspitzen oder geht kurze Strecken auf den Fersen.

Text: Ann Schärer

Fotos: Corinne Futterlieb

Erfolgreiche Venenoperationsinstrumente



Das Oesch-Häklein: Dr. med. Andreas Oesch erklärt die Entstehung des Oesch-Häkleins, eines wichtigen Venenoperationsinstruments, welches er entwickelte: «1984 besuchte ich den eigentlichen Erfinder der Venenhäkchen, den Dermatologen Robert Müller in Neuenburg. Sein Häkchen war aus einer zerlegten Billigpinzette gemacht und musste nach jedem Eingriff über dem speziell dazu vorhandenen Bunsenbrenner neu zurechtgebogen werden. Die Firma Tüscher in Bern fertigte 1984 nach einem von mir gelieferten Plastikmodell ein widerstandsfähiges Exemplar (Häklein No 1), welchem später zwei feinere Versionen folgten. Die drei Häklein werden seit 1984 von der Firma Tüscher hergestellt und weltweit vertrieben.»

Der PIN-Stripper: Dr. med. Andreas Oesch: «Nach den positiven Erfahrungen mit dem Häkli versuchte ich, den sehr traumatisierenden Strippingvorgang, bei dem Betroffene in 25 bis 30 Prozent der Fälle mit Nervenverletzungen rechnen müssen, zu verfeinern. So entstand der PIN-Stripper. Ein Venenoperationsinstrument, das bis zu zehnmal weniger zu Begleitverletzungen führt. Der erste Schritt war eine Verkleinerung der 8 bis 18 Millimeter durchmessenden «Sondenköpfe», mit welchen beim klassischen Stripping die Vene aufgefädelt wird. Mit diesem Schritt liessen sich die Begleitverletzungen deutlich verringern. Die weitere Entwicklung war eine komplette Umstellung des Strippingverfahrens: Die Vene wird umgestülpt und durch ihren Innenraum nach aussen gezogen. Da zudem die Länge des Strippings frei gewählt werden kann und das Herausziehen der Sonde durch einen nur vier Millimeter langen Stich erfolgt, welcher nicht genäht werden muss, sind sowohl postoperative Schmerzen wie kosmetisches Resultat deutlich besser als bei konventionellen Methoden.»



LAVILIN

Deodorant mit Langzeitwirkung

- ✓ ohne Aluminium
- ✓ ohne Alkohol

