

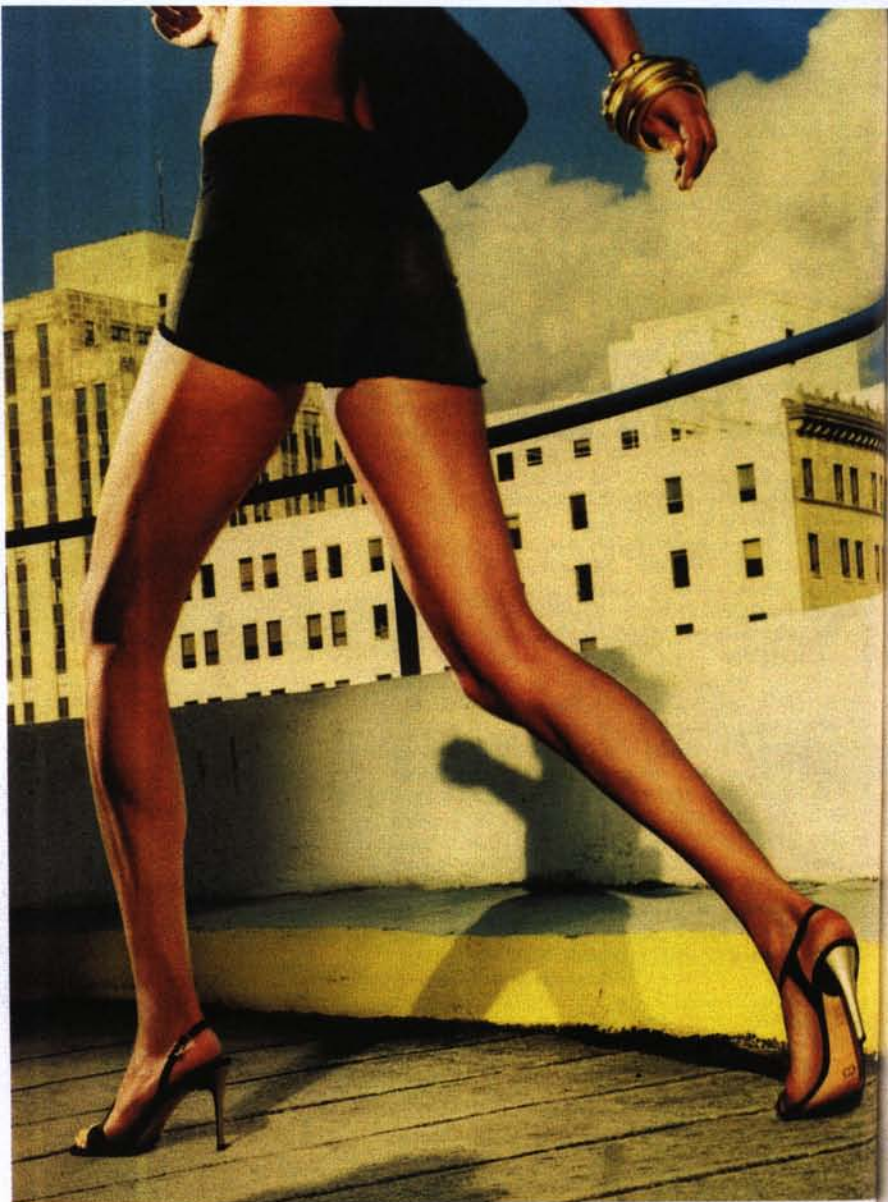
BEIN ZEIGEN

Sie haben die schönsten Beine dieser Welt und wollen sie verstecken? Was man gegen Besenreiser & Co. tun kann

An manchen Dingen kann man nicht viel ändern: der Länge der Beine zum Beispiel. Aber: Pflege, Sport und Power-Food helfen, dass die Beine schöner, seidiger und straffer werden. Auch bei Cellulite muss heute niemand mehr kapitulieren. Alles nicht Ihre Probleme? Sie verstecken Ihre langen Beine, weil Sie Besenreiser und Krampfadern haben? Entwarnung: Endlich gibt es schonendere Methoden gegen die unschönen Spielverderber.

ZUERST: DIE DIAGNOSE

Rot verzweigte Äderchen auf den Oberschenkeln, so genannte Besenreiser, sind medizinisch meist unbedenklich und in der Regel Folge einer Bindegewebschwäche. Bläuliche Wölbungen an der Wade zeugen dagegen von einer Venenschwäche. Ursache für die unschönen Varizen (Krampfadern) sind fast immer beschädigte Venenklappen. Diese arbeiten im Prinzip wie Schleusentore, die sich nur in Richtung Herzen öffnen. Schließen sie nicht mehr vollständig, versackt das Blut aufgrund der Schwerkraft in den Beinen und beult die Adern aus. Wird ein Klappenfehler nicht rechtzeitig behoben, besteht die Gefahr einer Venenentzündung oder eines Blutgerinnsels (Thrombose), die schlimms-



tenfalls zu einer lebensgefährlichen Lungenembolie führen können. Zu den Anfangssymptomen gehören Schwellungen, Schweregefühl, Kribbeln oder nächtliche Wadenkrämpfe.

Vorbeugen kann man durch Vermeidung von Übergewicht und viel Bewegung. (Tipp fürs Büro: eine Fußwippe unter dem Schreibtisch – sie trainiert die Venen.) Doch zu 70 Prozent sind Krampfadern angeboren und man kann lediglich die unangenehmen Auswirkungen mildern. Zum Beispiel mit Wechselduschen, dem Tragen von Kompressionsstrümpfen und flachen Schuhen sowie Medikamenten, die Rotes Weinlaub oder Rosskastanie enthalten (wie „Antistax Venencreme“, „Reparil-Gel“). Fakt ist: Je eher eine Venenerkrankung erkannt wird, desto besser lässt

sie sich behandeln. Allerdings sollte man nur erfahrene Gefäßspezialisten (Phlebologen) konsultieren: 10 Prozent der Krampfadern kommen nämlich wieder – meist dann, wenn nicht sorgfältig gearbeitet wurde.

Lange Krankenhausaufenthalte und unschöne Narben gehören dank modernster Techniken übrigens der Vergangenheit an. Eine Varizen-Behandlung lässt man am besten in der kühleren Jahreszeit vornehmen, da Wärme die Venen ausdehnt. Wichtig ist jedoch zunächst eine gründliche Diagnose: Können die Äderchen saniert werden oder sind sie schon ein Fall für den Chirurgen? Am gängigsten ist heute die Farbcodierte Doppelsonografie, bei der sowohl die Fließgeschwindigkeit des Blutes überprüft als auch undichte Stellen im Venensys-

tem aufgedeckt werden. Bei deutlich sichtbaren Krampfadern wird oft auch die Phlebodynamometrie angewandt: Durch An- und Entspannung der Wadenmuskeln kann man das Ausmaß der Klappenschädigung genau bestimmen.

BEHANDLUNGSMETHODEN

Welche Methode eingesetzt wird, hängt vor allem von der Schwere der Venenerkrankung ab. Hier die momentan gängigsten Behandlungsarten:

LASERTHERAPIE Feine Besenreiser, die dicht unter der Haut liegen und keine Funktionsstörungen aufweisen (also nur „Schönheitsfehler“ sind), lassen sich durch „Lichthitze“ nahezu perfekt ausradieren: Die betroffene Stelle wird vereist oder lokal betäubt, anschließend wird das ädrige Gefäß direkt mit dem Laserstrahl behandelt. Die unschönen Farbpigmente werden dabei zerstört und die Äderchen verschließen sich. Das kosmetische Ergebnis ist sehr gut, da weder Haut noch Gewebe beschädigt wird. „Entscheidend ist, dass die Art der Besenreiser vorher genau diagnostiziert wird“, sagt Dr. Armand Herberger, Leiter der Klinik Musenhof Mona Lisa in Deidesheim. „Denn bei der falschen Laserwahl können hässliche Narben entstehen oder sogar tiefere Gefäße verletzt werden.“ Die Behandlung dauert etwa 20 Minuten, ist nahezu schmerzlos und etwaige Schwellungen klingen nach wenigen Stunden ab. Bei größeren oder tiefer liegenden Besenreisern muss der Laserstrahl mithilfe einer Kanüle durch kleine Schnitte in der Leiste oder am Knie eingeführt werden. Bei echten Krampfadern ist diese Technik noch nicht anwendbar.

VERÖDUNGSTHERAPIE (SKLEROSIERUNG) Eine nahezu schmerzlose und schnelle Methode bei kleineren Seitenast-Krampfadern und großflächigen Besenreisern: Ein Verödungsmittel wird direkt in die betroffenen Gefäße gespritzt. Dies löst eine harm-

lose Entzündung aus, dadurch verkleben die Aderwände. Weil das Mittel manchmal im Bindegewebe braune Flecken hinterlässt, setzen Ärzte zunehmend auf Verödungsschaum: Dieser verteilt sich besser in den Adern und es gibt keine Spuren. Prof. Dr. Bernd Steckmeier, Leiter der Gefäßchirurgie des Münchner Innenstadt Klinikums der Uni, warnt vor Sklerosierung stärkerer Krampfadern: „Die Gefahr, dass das Verödungsmittel daneben gespritzt wird oder in tiefere Gefäßregionen abdriftet, ist groß und kann schlimmstenfalls eine Thrombose auslösen.“ Prof. Steckmeier empfiehlt bei fortgeschrittener Venenschwäche den operativen Eingriff, vor allem wegen des guten Langzeiterfolgs.

STRIPPING Das Herausziehen (Strippen) der kranken Vene kann inzwischen fast immer ambulant – mit Teil- oder Vollnarkose – durchgeführt werden. Durch zwei kleine Schnitte (am Knöchel, Knie oder in der Leiste) wird eine Sonde direkt in die Krampfader eingeführt, die Vene oben und unten abgetrennt und herausgezogen. Von den Schnitten bleiben höchstens stecknadelkopfgroße Narben zurück. Vorteil: Da das beschädigte Gefäß vollständig entfernt wird, können sich an dieser Stelle keine neuen Varizen bilden. Nachteil: Nach dem Eingriff müssen sechs Wochen lang Kompressionsstümpfe getragen werden. Kleinere Krampfadern können übrigens leicht mit der Häkelnadel-Technik entfernt werden: Bei örtlicher Betäubung werden die Varizen durch winzige Schnitte mit einem hakenförmigen Instrument herausgezogen.

CHIVA Diese Methode kommt aus Frankreich. Ziel ist die Erhaltung der Stammvene. Die Krampfadern werden also nicht entfernt, sondern unter lokaler Betäubung so abgeschnürt, dass kein Blut mehr durchfließt und sie sich dadurch zurückbildet. Obwohl das kosmetische Ergebnis hervor-

gend ist, warnt Prof. Steckmeier: „Das Verfahren ist äußerst diffizil und erfordert viel Know-how. Die Gefahr, dass etwas übersehen wird und dann aus Seitenästen neue Krampfadern entstehen, ist groß.“

RADIOWELLENTHERAPIE (CLOSURE-TECHNIK) Dieses noch relativ neue Verfahren lässt Varizen in kürzester Zeit einfach zusammenschrumpfen: Über einen kleinen Hautschnitt (bei lokaler Betäubung) wird ein mit einer Elektrode versehener Katheter in die verdickte Vene eingeführt, der die Venenwand durch Radiowellen auf 85 Grad erhitzt. Beim langsamen Rausziehen des Röhrchens zieht sich das Gefäß dann wie ein Reißverschluss zusammen und verschließt so auch die Mündungen zu den Seitenästen. Erfolgreich ist diese Methode vor allem bei wenig ausgeprägten Krampfadern. Wie lange der Verschluss hält, ist allerdings noch nicht langfristig erprobt.

LICHTGESTEUERTE PHLEBEKTOMIE (TRIVEX-SYSTEM) In das Gewebe wird zunächst eine Lichtsonde eingeführt, die die Krampfadern ausleuchtet und somit die Gefahr verringert, dass kranke Gefäße übersehen werden. Dann wird die Vene mit einem elektromechanischen Mini-Messer zerkleinert und abgesaugt. Diese Methode aus den USA wird bei uns derzeit von einigen Fachärzten erprobt. Prof. Steckmeier befürchtet aber, dass durch das motorbetriebene Skalpell Nerven verletzt und durch die Ungenauigkeit des Absaugens Gefäße beschädigt werden könnten.

VERENA STIRN

INFO-ADRESSEN

- **Deutsche Gefäßliga e. V.**
Tel. 07253/262 28,
www.deutsche-gefaessliga.de
- **Deutsche Venenliga e. V.**
Tel. 0800/444 33 35, www.venenliga.de
- **Musenhof Klinik Mona Lisa, Deidesheim**
Tel. 06326/58580, www.musenhof.de