

Fragen & Antworten von Dr. Elisabeth Höppel zum Thema Venenprobleme - 1

F: Meine Großmutter hatte offene Beine, und bei mir sieht man an den Beinen die Adern so bläulich. Sind das schon Krampfadern?

A: Da die Venen das verbrauchte, sauerstoffarme Blut zum Herz zurück transportieren, schimmert es so bläulich. Das frische Blut ist röter. Je nach Dicke und Farbe der Haut sieht man das stellenweise, z.B. auch auf der Innenseite der Unterarme, das ist normal. Erst wenn sie verbreitert, erhaben und geschlängelt, manchmal auch knotig verdickt sind, spricht man von Varizen oder Krampfadern.

F: Wieso heißt es eigentlich „Krampf“-adern?

A: Das kommt vermutlich vom althochdeutschen Wort kramph, das heißt gekrümmt - eben wegen des Verlaufs, also „Krummadern“.

F: Und wie kommen sie zustande?

A: Es gibt ein oberflächliches und ein tiefes Venensystem mit Verbindungen dazwischen. Da die Venen sich nicht wie die Arterien zusammenziehen können, muss ständig die Schwerkraft überwunden werden. Neben der Sogwirkung aus dem Herz und der Pumpwirkung durch die umgebende Muskulatur sind die Venenklappen am wichtigsten, um das Zurückfließen zu verhindern. Wenn diese defekt sind, kommt es zu einem Rückstau zunächst in die tiefen Venen, später dann auch in die oberflächlichen.

F: Kann man denn mit einer Operation die Klappen wieder reparieren?

A: Leider nicht. Man entfernt oder „verödet“ die oberflächlichen Krampfadern. Das bringt in erster Linie kosmetisch etwas oder kann bestenfalls Symptome etwas lindern. Das eigentliche Problem liegt tiefer und wird dadurch nicht angegangen. Deswegen kommt es auch häufig zu Rückfällen, vor allem wenn bei den Ursachen nichts geändert wird.

F: Was sind denn die Ursachen? Ist das rein genetisch?

A: Glücklicherweise nicht, denn sonst könnte man gar nichts tun. Alles, was den Druck im Bauchraum erhöht, stört den Rückfluss. Deswegen brauchen Schwangere Kompressionsstrümpfe. Somit ist wieder einmal der Darm von Interesse. Vermehrte Gasbildung oder Kotstau wirken sich oft mehr als enge Kleidung negativ auf den Fluss in den Venen aus, die den Bauchraum durchqueren. Auch Leberbelastungen, Vitamin- und Mineralstoffdefizite verschlechtern die Stabilität des Bindegewebes. Bewegungsmangel reduziert die Muskelpumpe.

F: Was kann ich vorsorglich tun?

A: Flache Schuhe und bequeme Kleidung tragen. Viel Bewegung, vor allem bei Sitz- und Stehberufen immer wieder kleine Bewegungsübungen einbauen. Nach jedem Duschen kalte Beingüsse, unten beginnend. Gesunde ballaststoffreiche Ernährung. Als Frau auf die Einnahme der Pille verzichten.

Fortsetzung nächste Seite – Teil 2

Praxis für Ganzheitliche Medizin

Reiter Straße 37 • 83527 Haag • Telefon 080 72 | 28 25
praxis@ganzheitlich-aerztlich.de • www.ganzheitlich-aerztlich.de



Dr. med.
Elisabeth Höppel

Ärztin für
Homöopathie
Akupunktur
Naturheilverfahren
Orthopädie

Fragen & Antworten von Dr. Elisabeth Höppel zum Thema Venenprobleme - 2

F: Ich habe mit Interesse das über die Krampfadern gelesen. Bei mir reicht allerdings die Vorsorge nicht, ich habe schon welche und auch öfter Beschwerden mit schweren, müden Beinen und Anschwellen. Hochlegen der Beine bringt etwas Erleichterung. Was können Sie mir raten?

A: Die Pflanzenwelt bietet einiges an Unterstützung. Neben dem gestörten Rückfluss ist oft ein unzureichender Tonus der Venenwand ein Thema, also zu wenig Spannkraft. Roskastanien-Extrakte enthalten den Wirkstoff Aescin, der die Venenwand strafft und die Gefäßwände abdichtet - somit Wasseraustritt ins Gewebe, die sog. Ödeme verhindert. Eine andere Pflanze ist Steinklee mit dem Wirkstoff Cumarin, der blutverdünnend wirkt. Steinklee löst Verhärtungen und Stauungszustände auf, bringt wieder etwas in Fluss. Gerade in den für Menschen mit Varizen oft so schwierigen heißen Sommermonaten, wo Kompressionsstrümpfe eher eine Qual sind, bringt das oft deutliche Linderung. Bei pflanzlichen Urtinkturen ist es immer wichtig, sie als Kur über mehrere Monate einzunehmen.

F: Ich spreche oft auch gut auf Schüssler-Salze an. Was empfehlen Sie mir da?

A: Eines der Basismittel ist hier Calcium fluoratum, auch über mehrere Monate. Das kann zusätzlich auch lokal als Salbe eingerieben werden. Bei Schmerzen hilft oft auch Kalium chloratum. Silicea unterstützt das Bindegewebe und wirkt entzündungshemmend. Natrium sulfuricum hilft der Leber, entgiftet und wirkt bei ödematösen Schwellungen. Roskastanie kann übrigens auch als homöopathisches Mittel mit dem Namen Aesculus hippocastanum eingenommen werden. Manche Menschen sprechen besser auf Feinstoffliches an. Daneben gibt es noch viele andere hilfreiche Arzneien, die am besten nach genauerer Symptom-Erhebung ausgewählt werden.

F: Wenn nun tatsächlich die Haut offen und entzündet ist?

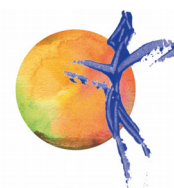
A: Auf jeden Fall Calendula, also Ringelblume, innerlich zur Einnahme und äußerlich als Umschlag mit Wasser verdünnt sowie Packungen mit Heilerde. Naturheilkundlich bewährt hat sich auch eine Behandlung mit Blutegeln oder ein „japanischer Aderlass“ zur Entstauung. Dabei werden kleine gestaute Venen durch Anstechen punktuell entlastet.

F: Könnte ich auch eine Thrombose bekommen?

A: Viel häufiger ist die schon beschriebene Thrombophlebitis, also oberflächliche Venenentzündung. Eine Thrombose ist ein lokales „verstopfendes“ Gerinnsel in den tiefen Venen und vor allem wegen der Komplikation gefürchtet. Wenn sich davon etwas löst und als Embolie anderswo zu einem Verschluss führt, kann das schlimme Folgen haben. Die Thrombose betrifft oft auch Menschen, die keinerlei Krampfadern haben. Natürlich gibt es gemeinsame Ursachen, doch spielen hierbei nach meiner Erfahrung noch mehr die Blutchemie und der Stoffwechsel eine Rolle. Man hat festgestellt, dass nach einer Thrombose später viel häufiger eine Krebserkrankung auftritt, was schon zeigt, dass es da mehr Probleme gab als nur gestaute Venen.

Praxis für Ganzheitliche Medizin

Reiter Straße 37 • 83527 Haag • Telefon 0807212825
praxis@ganzheitlich-aerztlich.de • www.ganzheitlich-aerztlich.de



Dr. med.
Elisabeth Höppel

Ärztin für
Homöopathie
Akupunktur
Naturheilverfahren
Orthopädie