

# Krampfadern (Varizen)

## Was sind Krampfadern?

Unter Krampfadern (Varizen) versteht man erweiterte, verlängerte und geschlungene Venen. Prinzipiell können sich alle Venen zu Krampfadern entwickeln, am häufigsten kommen sie jedoch in den Beinen vor. Viele Menschen entwickeln im Laufe ihres Lebens Krampfadern. Meist sind sie mit keinerlei Beschwerden verbunden, ausser dass sie unter kosmetischen Gesichtspunkten wenig ansprechend sind.

## Wer bekommt Krampfadern?

Es besteht eine gewisse erbliche Belastung. Besonders Frauen bekommen Krampfadern oft in Verbindung mit einer Schwangerschaft.

## Wie erkennt man Krampfadern?

Zu Anfang empfindet man ein Schweregefühl in den Beinen ("müde Beine"). Nächtliche Beinkrämpfe können vorkommen. Später können die Beine schmerzen die Blutzirkulation in den Beinen verschlechtert sich. Schliesslich schwellen sie an. Dieses Phänomen nennt man **Ödem** oder "Wasser in den Beinen". Davon betroffen sind unter Umständen beide Beine gleichzeitig.

## Was kann man tun?

Bei sitzenden Tätigkeiten oder langem Stehen sollten Sie zum Ausgleich Sport treiben. Spannen Sie öfter mal die Beinmuskulatur an oder gehen Sie herum. Auch kalt-warme Wechselduschen können hilfreich sein. Lagern Sie, wann immer es Ihnen möglich ist, die Beine hoch und/oder tragen Sie Stützstrümpfe  
Wenn die Beschwerden Sie zu sehr belasten, gehen Sie zum Arzt.

## Wie werden Krampfadern behandelt?

Leichte Beschwerden können mit Stützverbänden oder Stützstrümpfen behandelt werden. Dies mindert jedoch nur die Beschwerden, die Krampfadern selbst bleiben bestehen.

Kleine Krampfadern lassen sich unter lokaler Betäubung veröden.  
In schwereren Fällen, in denen das ganze Bein mit Krampfadern übersät ist, kann das Entfernen einer ganzen Vene vom Knöchel bis zur Leiste nötig sein (Varizen-Stripping).

Eine Behandlung ist in jedem Fall - nicht nur aus kosmetischen Gründen - ratsam, da Krampfadern letztendlich zu Venenentzündung, Ekzemen und Beingeschwüren führen können.

## **Können Krampfadern auch an anderen Stellen vorkommen?**

Ja, zum Beispiel in der Speiseröhre, im Beckenbereich, um die Gebärmutter und im Enddarm. Hämorrhoiden sind ebenfalls eine Art Krampfadern.

Krampfadern selbst sind keine Krankheit, sie können jedoch zu Beschwerden und anderen ernsteren Zuständen führen. Ob Grund für eine Behandlung besteht, sollten Sie mit Ihrem Arzt besprechen.

**Dr. med. Pietro Somaini    Limmatplatz 1    8005 Zürich**