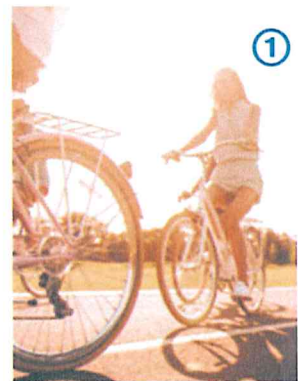




Krampfadern schonend behandeln

Sind das **Krampfadern** an meinen Beinen? Wer bläuliche Adern an sich bemerkt, stellt sich schnell diese Frage. In den meisten Fällen sind es **Besenreiser**, die sehr viele Menschen haben. Diese verursachen meist keine gesundheitlichen Probleme, sondern werden nur als störend wahrgenommen.

Anders sieht es aus, wenn die Venen tatsächlich nicht mehr richtig arbeiten und sich das Blut in den Beinen staut. Dann erweitern sich die Venen und es kann zu Krampfadern kommen. Diese kranken Venen (medizinisch Varizen) verursachen oft Schwellungen der Beine und können im Extremfall sogar die Haut schädigen und offene Beine zur Folge haben.

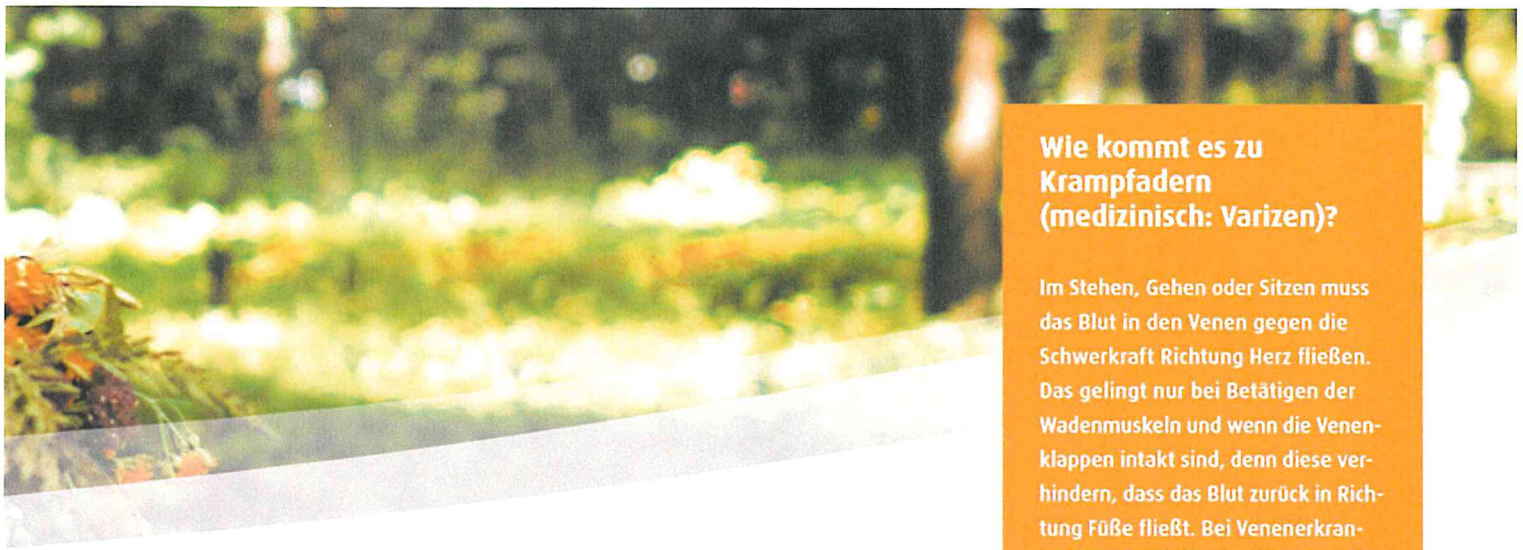


Wie kann ich Krampfadern & Co vorbeugen?

Krampfadern sind meist durch eine angeborene Bindegewebsschwäche verursacht.

Ein paar Tipps haben Experten aber trotzdem, wie man Krampfadern und Besenreisern vorbeugen kann:

- ① Gehen, Schwimmen, Radfahren, mit den Füßen wippen – die Beinmuskulatur in Bewegung halten
- ② ein- bis zweimal am Tag beide Beine kalt abduschen
- ③ bestehendes Übergewicht (Body-Mass-Index über 30) reduzieren
- ④ so wenig wie möglich sitzen und so oft wie möglich die Beine hochlegen
- ⑤ regelmäßige Hautpflege
- ⑥ übermäßige Wärme und heiße Bäder vermeiden, nur kurzfristige Sonnenbäder oder Saunagänge
- ⑦ Bei ärztlicher Verordnung Kompressionsstrümpfe tragen – keine Angst, die sehen nicht mehr altbacken aus, es gibt viele verschiedene Modelle im Sanitätshaus.



Wie kommt es zu Krampfadern (medizinisch: Varizen)?

Im Stehen, Gehen oder Sitzen muss das Blut in den Venen gegen die Schwerkraft Richtung Herz fließen. Das gelingt nur bei Betätigen der Wadenmuskeln und wenn die Venenklappen intakt sind, denn diese verhindern, dass das Blut zurück in Richtung Füße fließt. Bei Venenerkrankungen schließen die Klappen nicht mehr richtig und es fließt ständig sauerstoffarmes Blut nach unten und staut sich in den Beinen. Dadurch wird die Vene auf Dauer geweitet und es bilden sich Krampfadern. Ob jemand Krampfadern hat, wird per Ultraschall untersucht.

Behandlungsmöglichkeit Operation

Wenn tatsächlich Krampfadern entstanden sind – das stellt man bei einer Ultraschalluntersuchung fest – kommt eventuell eine Operation infrage. Dazu gibt es mehrere Verfahren: Neben dem herkömmlichen Venenstripping (Herausziehen der Vene über 2 Schnitte) oder der Phlebektomie (Entfernen der Vene über mehrere, wenige Millimeter kleine Schnitte), zahlt die BIG seit 2019 auch zwei Operationsverfahren, die normalerweise nicht von den gesetzlichen Kassen übernommen werden:

- ❖ **Die Radiofrequenzablation:**
Die Venen werden mithilfe von Wärme versiegelt, die durch elektromagnetische Wellen (Radiowellen) erzeugt wird.
- ❖ **Die endovenöse Lasertherapie:**
Die Vene wird von innen durch Wärme versiegelt, die durch Laserstrahlen erzeugt wird.

Vorteile der Operationsmethoden mit Laser oder Radiowellen

Da nur ein minimaler Hautschnitt erforderlich ist, entstehen keine großen Wunden. Das Infektionsrisiko ist somit äußerst gering und der Schnitt verheilt sehr schnell. Schmerzen und Blutergüsse kommen kaum vor. Darüber hinaus kann die Behandlung gut ambulant durchgeführt werden. Die Patienten können in den meisten Fällen schon am Tag nach der Operation wieder ihrem gewohnten Alltag nachgehen.

Während bei den traditionellen Therapiemethoden nach dem Eingriff oft mehrere Wochen Kompressionsstrümpfe getragen werden müssen, ist das bei den modernen, schonenden Verfahren nicht der Fall: Bei der Behandlung mittels Laser oder Radiowelle werden Kompressionsstrümpfe meist maximal zwei Wochen benötigt.

Operationen mit Laser oder Radiowellen als Leistungsplus für BIG-Versicherte

Die Operationsmethoden mit Laser oder Radiowellen sind schonender und die Patienten sind deutlich schneller wieder auf den Beinen. BIG-Versicherte können die Operationsmethoden über unseren Partner medicalnetworks CJ GmbH & Co. KG nutzen. Mit diesem Netzwerk hat die BIG einen Vertrag über die beiden Operationsverfahren geschlossen, denn sie gehören normalerweise nicht zum Leistungsumfang der gesetzlichen Krankenkassen. Das bedeutet für BIG-Versicherte: Wenn Sie mindestens 18 Jahre alt sind und an Krampfadern leiden, suchen Sie über die Onlinesuche von medicalnetworks nach einem Arzt, der an dem Programm teilnimmt und vereinbaren dort einen Termin. Bei den teilnehmenden Ärzten übernimmt die BIG die Kosten.

 big-direkt.de/krampfadern

