

JOBST

Hilfe
bei
Venenschwäche



**Patientenratgeber
Venenleiden**

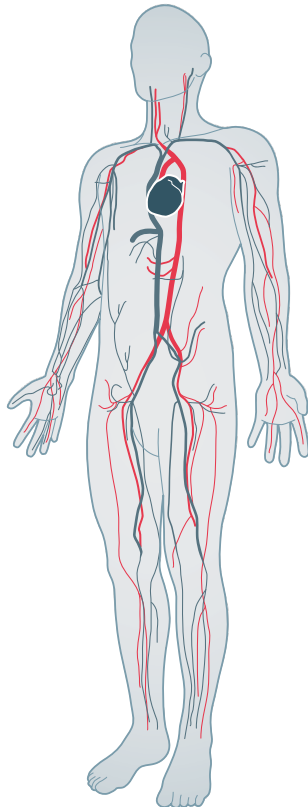
Essity Internal

Der Blutkreislauf

Der Blutkreislauf besteht – einfach ausgedrückt – aus drei Abschnitten: Herz, Arterien und Venen. Vom Herzen aus wird sauerstoff- und nährstoffreiches Blut über ein weit verzweigtes Netz von größeren und kleineren Arterien in die Gewebe gepumpt. Über die Endverzweigungen des Gefäßsystems, den sogenannten Kapillaren, gelangen Sauerstoff und Nährstoffe in die Zellen. Sauerstoffarmes Blut wird aufgenommen und über die Venen zurück zum Herzen transportiert. Von dort wird es zur Lunge gepumpt und mit Sauerstoff neu angereichert. Anschließend fließt es zurück zum Herzen. Damit ist der Kreislauf geschlossen.

Sauerstoffreiches Blut wird vom Herzen über Arterien (rot) in den Körper gepumpt. Die Aufgabe der Venen (blau) ist es, sauerstoffarmes Blut zurück zum Herzen und entgegen der Schwerkraft zu transportieren. Das Herz übernimmt hierbei die Aufgabe einer Druck-Saug-Pumpe.

Auch die Muskulatur spielt – in Verbindung mit anderen Mechanismen – eine wichtige Rolle beim Rücktransport des Blutes.

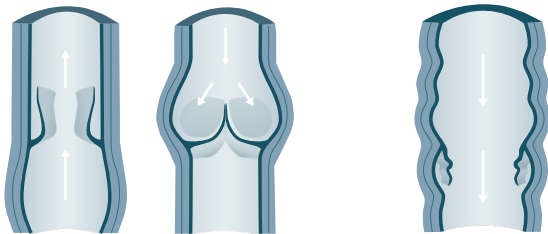


Blutkreislauf vom und zum Herzen

Die Venen und Venenklappen

Neben der Muskelpumpe sind auch die Venenklappen für den Rücktransport des Blutes zum Herzen wichtig. Sie sind Teile der Innenauskleidung der Venen und öffnen sich nur in eine Richtung: Das Blut kann nur zum Herzen fließen. In den Saug- und Druckpausen schließen sich die Venenklappen. Das verhindert, dass das in den Venen stehende Blut durch die Schwerkraft zurück in die Beine fließt.

In einem gesunden Gefäßsystem sind die Venenwände glatt und elastisch. Sie können sich den Druckveränderungen innerhalb der Vene gut anpassen. Die Kontraktion der Beinmuskulatur verschiebt die Blutmenge und lässt so die Venenklappen herzwärts öffnen, was für den venösen Rückfluss in Richtung Herz sorgt.



Funktionierende Venenklappen

Beschädigte Venenklappen

Sind die Venenwände bei einem Krampfaderleiden oder nach einer tiefen Venenthrombose beschädigt, können sich die Venen erweitern und die Venenklappen schließen nicht mehr. Das Venenblut kann sich dann im Bein stauen. Dies führt zu Schweregefühlen und Müdigkeit in den Beinen nach längerem Stehen und Sitzen. Später können Wasseransammlungen im Gewebe auftreten, zuletzt auch Ernährungsstörungen der Haut bis hin zum sogenannten „offenen Bein“.

Erscheinungsformen von Venenkrankheiten

Besenreiser:

Erweiterungen der feinen Haargefäße unter der Hautoberfläche

Krampfadern (Varikose):

Bildung erweiterter, oberflächlicher Venen mit defekten Klappen (Krampfadern); Krampfadern werden Varizen genannt

Oberflächliche Venenentzündung:

Entzündung und Bildung von Gerinnseln in einer oberflächlichen Vene, insbesondere in einer Krampfader

Chronische venöse Insuffizienz (CVI):

Durch die eingeschränkte Funktionalität des venösen Rücktransports kommt es zu Stauungen im Unterschenkel mit der Folge von Schwellung, Hautverfärbung und Verhärtung bis hin zu Unterschenkelgeschwüren (siehe Ulcus cruris).

Ulcus cruris:

Schwerste Verlaufsform der chronisch venösen Insuffizienz, bei der das Gewebe auf Dauer unzureichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt wird. Dies führt letztendlich zum Absterben des Gewebes – ein Unterschenkelgeschwür entsteht.

Tiefe Beinvenenthrombose:

Verschluss tiefer Venen durch ein Blutgerinnsel (Gefahr der Lungenembolie)

Lungenembolie:

Verschleppung von Blutgerinnseln in die Lunge

Postthrombotisches Syndrom:

Durch Verschluss tiefer Beinvenen (Blutgerinnsel) kommt es zur Schädigung des umliegenden Gewebes. Möglicherweise entsteht eine chronische Wunde.

WUSSTEN SIE SCHON ?

Es gibt sehr unterschiedliche Ausprägungen der Venenerkrankungen. Daher sollten Sie zur Einordnung und Behandlung Ihrer Beschwerden in jedem Fall ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen.

Ursachen und Risikofaktoren von Venenleiden

Vererbung

Venenschwäche ist eine erbliche Veranlagung, für die oft schwaches Bindegewebe verantwortlich gemacht werden kann. Das Bindegewebe von Frauen ist meist hormonell bedingt schwächer als das von Männern. Doch auch Männer können – unabhängig vom Bindegewebe – erblich bedingt an Venenerkrankungen leiden.

Bewegungsmangel

Bei langem Stehen oder Sitzen sind die Muskelpumpen inaktiv. In der Folge staut sich das Blut in den Beinen, die Venen weiten sich. Nicht nur dauerhaftes Sitzen am Schreibtisch oder vor dem Fernseher belastet die Venen stark, sondern auch lange Auto-, Bahn- oder Flugreisen.

Alter

Die Elastizität der Venenwände nimmt mit zunehmendem Alter ab. Damit steigt das Risiko, eine Venenerkrankung zu bekommen.

Weitere Ursachen und Risikofaktoren

- Beengende, einschnürende Kleidung
- Hohe Absätze
- Übergewicht
- Alkoholkonsum und / oder Rauchen
- Heiße Bäder und lange Sonneneinstrahlung
- Übermäßige Sauna-/ Solariennutzung



Schwangerschaft

Doppelte Belastung für die Venen

Das Venensystem ist in der Schwangerschaft einer zweifachen Belastung ausgesetzt. Zum einen müssen die Venen ein vermehrtes Blutvolumen bewältigen, zum anderen schwächt der erhöhte Progesteronspiegel das Bindegewebe und damit die Venenfunktion: Dieses Hormon bewirkt eine Erschlaffung des Bindegewebes zur Vorbereitung auf die Geburt. Auch das Bindegewebe in den Beinen wird dadurch aufgelockert. Gleichzeitig behindert die vergrößerte Gebärmutter im Beckenbereich den venösen Rücklauf des Blutes. Häufig treten erste Besenreiser oder Krampfadern auf. Nach der ersten Schwangerschaft bilden diese sich oft, zumindest teilweise, zurück. Bei weiteren Schwangerschaften erhöht sich das Risiko einer Venenerkrankung.

Vorbeugende Maßnahmen in der Schwangerschaft sind besonders wichtig, denn sie können Venenbeschwerden in späteren Jahren entgegenwirken. Deshalb bietet Ihnen JOBST mit dem Maternity Opaque eine innovative und

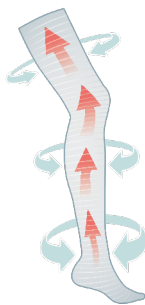
sehr bequeme Versorgungsmöglichkeit während der Schwangerschaft.

Kompression

Das Mittel der Wahl

Kompression ist die Basis jeder Venenbehandlung. Durch medizinische Kompressionsstrümpfe wird das Gewebe von außen zusammengedrückt und so die Funktion der Muskelvenenpumpe unterstützt. Der Blutfluss normalisiert sich, die Venenklappen können wieder besser schließen und typische Beschwerden, wie beispielsweise schwere und schmerzende Beine, klingen ab. Voraussetzung ist, dass Sie die vom Arzt verordneten Kompressionsstrümpfe konsequent tragen. Denn sie verhindern, dass sich das Blut in den Venen stauen kann.

Vorbeugende Maßnahmen



Die Kompressionsbehandlung eignet sich auch als vorbeugende Maßnahme bei schweren, geschwollenen und müden Füßen, Knöcheln und Beinen. Ebenso wird sie nach einer Verödung oder operativen Entfernung von Krampfadern eingesetzt.

Medizinische Kompressionsstrümpfe unterstützen die Venen genau dort, wo sie am meisten Hilfe benötigen: von der Fessel an aufwärts. Das verbessert die Blutzirkulation im Bein spürbar. Je nach Ausprägung Ihres Venenleidens stehen Ihnen unterschiedliche Rundstrick-Ausführungen in verschiedenen Kompressionsklassen (1 bis 3) zur Verfügung. Ihr Arzt gibt Ihnen gern detaillierte Auskunft über die Anwendungsmöglichkeiten von Kompressionsstrümpfen. Er verordnet Ihnen auch die

richtige Kompressionsklasse für eine wirkungsvolle Behandlung Ihres Venenleidens.

Der Kompressionsstrumpf:

Ihre individuelle Behandlung

JOBST bietet eine umfassende Auswahl an Größen, Ausführungen und Farben, sodass Sie keine Kompromisse hinsichtlich Tragekomfort und modischer Eleganz eingehen müssen.



JOBST UltraSheer

JOBST UltraSheer ist die perfekte Kombination aus Komfort, Eleganz und medizinischer Kompression. Die Transparenz und hervorragende Passform garantieren stilvolle und glänzende Auftritte. Das modische Farbkonzept in brillanter Optik ist einfach nur schön.

JOBST UltraSheer ist als Standard- und Maßversorgung in den Kompressionsklassen 1 und 2 verfügbar.



JOBST Opaque

Dieser unisex Kompressionsstrumpf setzt Maßstäbe bei Tragekomfort und Haltbarkeit. Hochwertige Garne und eine innovative Strickkonstruktion machen JOBST Opaque schön weich, insbesondere auf der Innenseite. Das innovative Aquarius-Garn nimmt

Feuchtigkeit schnell auf und leitet sie an die Außenseite des Strumpfes, was für ein angenehmes Hautklima sorgt.

JOBST Opaque ist als Standard- und Maßversorgung in den Kompressionsklassen 1 und 2 verfügbar.



JOBST Maternity Opaque

Das JOBST Maternity Sortiment sorgt für Wohlbefinden – mit einem besonderen Fokus auf schwangere Frauen. Es wird aus stützenden und qualitativ hochwertigen Materialien gefertigt. Die Mischung weicher Garne sorgt für ein angenehmes Gefühl auf jeder Haut.

JOBST Maternity Opaque ist als Standard- und Maßversorgung in den Kompressionsklassen 1 und 2 verfügbar.



JOBST for Men

Die von Männern gewünschte Produktlinie JOBST for Men verbindet mit ihren Modellen „Ambition“ und „Explore“ hohen Tragekomfort mit medizinisch wirksamer Kompression. Optisch sind die Produkte nicht von einem normalen Herrenstrumpf zu unterscheiden. Ein hoher

Baumwollanteil zusammen mit synthetischen Carbonfasern reguliert aktiv den Feuchtigkeitshaushalt und reduziert Gerüche.

JOBST for Men ist als Standard- und Maßversorgung in den Kompressionsklassen 1 und 2 verfügbar.



JOBST Classic

Die passende Lösung für sie und ihn. Es gibt JOBST Classic auch im klassischen Rippsdesign – speziell für die Business-Garderobe. Das elastische Active-Comfort-Garn mit LYCRA® macht das Anziehen besonders leicht und sorgt für hohen Tragekomfort. Widerstandsfähiges

Gestrick und speziell verstärkte Belastungszonen erhöhen die Haltbarkeit. Der Microtherm-Effekt sichert den raschen Feuchtigkeitstransport.

JOBST Classic ist als Standard- und Maßversorgung in den Kompressionsklassen 2 und 3 verfügbar.



JOBST Bellavar

JOBST Bellavar ist der robuste Kompressionsstrumpf – ideal bei starken Venenerkrankungen und leichten bis mittleren Ödemen. Das strapazierfähige Gestrick stützt und formt therapiegerecht jedes Bein. JOBST Bellavar bietet eine sehr hohe Wirksamkeit und Therapiesicherheit.

JOBST Bellavar ist als Maßversorgung in den Kompressionsklassen 2 und 3 erhältlich; die Standardversorgung in KKL 2.

Für zusätzliche Informationen zum umfangreichen Angebot von JOBST steht Ihnen Ihr Fachhändler gern zur Verfügung. Die Online-Händlersuche finden Sie unter www.jobst.de/patienten

- ✓ **Reduziert Schmerzen und Schwellungen an Füßen und Beinen**
- ✓ **Beinen**

Reduziert das unangenehme Gefühl von schweren und müden Beinen



Weitere Therapieformen

Neben der Behandlung mit medizinischen Kompressionsstrümpfen können Venenerkrankungen zusätzlich mit weiteren Therapieformen behandelt werden:

- physikalische Therapie mit Anwendung von Wasser als Hilfs- und Heilmittel
- Bewegungstherapie
- Medikamente zur Therapieunterstützung
- Veröden (Sklerosierung) kleinerer Krampfadern
- chirurgisches Entfernen erkrankter Venen

Bleiben Sie gesund!

Tipps für jeden Tag!

Ihre Venen bringen Tag für Tag Höchstleistung. Helfen Sie ihnen dabei: Regelmäßiges Schwimmen, Wandern, Laufen oder Radfahren unterstützt die Venen, Bewegung tut den Beinen und dem gesamten Körper gut.

Einige goldene Regeln für ein venengesundes Leben:

- ✓ **So oft wie möglich Sport treiben**
- ✓ **Langes Stehen und Sitzen vermeiden**
- ✓ **Lockerungsübungen mit den Beinen machen**
- ✓ **Beine so oft wie möglich hochlegen**
- ✓ **Extreme Hitze durch Sonne, Sauna oder Solarium vermeiden**
- ✓ **Selten enge oder hohe Schuhe tragen**
- ✓ **Auf einengende Kleidung verzichten**
- ✓ **Die Beine wenn möglich einmal täglich mit angenehm kühlem Wasser abduschen**

Auf ballaststoffreiche Ernährung achten und ausreichend trinken

Überflüssige Pfunde abbauen