

Krampfadern

Ein Ratgeber von Kneipp bis CHIVA

Inhaltsangabe

Kapitel 1: Krampfadern verstehen	6
Der Blutkreislauf	7
Die Beinvenen	7
Klappen und Pumpmechanismus	8
Das Lymphsystem	9
Wie entstehen Krampfadern?	10
Die Ursachen von Krampfadern	11
Wie wirken die begünstigenden Faktoren?	12
Wenn man die Venen sieht ...	14
Wenn die Beine geschwollen sind ...	15
Kapitel 2: Die Krankheit „Krampfadern“	16
Erste Beschwerden	17
Warnsignale	17
Allgemeine Beschwerden	18
Tabelle: Arztbesuch ist wichtig wenn...	18
Sichtbar und unsichtbar	19
Besenreiser und Netzkrampfadern	20
Schwellung der Beine und Hautverfärbungen	20
Das offene Bein	21

Venenentzündungen und Thrombose	22
Venenentzündung	22
Tiefe Beinvenenthrombose	23
Ursachen und erste Anzeichen	24
Folgen einer Thrombose	24
Behandlung der Thrombose	25
Risiko Lungenembolie	26
Notfälle rund um die Krampfadern	27
Krampfaderblutung	27
Fieber und schmerzhafte Rötung	27
Kapitel 3: Der Arztbesuch	28
Wer die Wahl hat, hat die Qual	28
Das Gespräch	29
Was fragt der Arzt mich?	29
Was frage ich den Arzt?	30
Wie bereite ich mich am besten auf den Termin vor?	30
Der Arzt untersucht mich	31
Sehen und Tasten	31
Volumenmessungen	31
Röntgen-Kontrastmitteldarstellung	32
Schnittbild-Ultraschall	33
Doppler-Ultraschall	34
Duplex-Ultraschall	34
Checkliste Arztwahl	36
Checkliste Vorbereitung zum Gespräch	38

Kapitel 4: Helfen, Heilen und Behandeln	40
Medikamente	41
Tabletten und Spritzen	41
Salben	43
Die Behandlung des offenen Beines mit Salben	45
Lymphdrainage	46
Manuelle Lymphdrainage nach Vodder	46
Entstauungsbehandlung mittels Apparaten	47
Kompressionsbehandlung	47
Wickeln der Beine	49
Kompressionsstrümpfe	49
Stützstrümpfe, „Reisestrümpfe“	53
Verödung der Venen	54
LASER	55
Chirurgische Eingriffe	56
Allgemeines	56
Soll bei offenem Bein operiert werden?	58
Operative Maßnahmen mit Entfernen der Venen	59
Die Stripping-Methode nach Babcock	59
Modernisierungen der Methode	60
Komplikationen der Stripping-Methode	61
Operative Maßnahmen ohne Entfernen der Venen	62
Externe Valvuloplastie	64
Die CHIVA-Methode	65

Naturheilkundliche Verfahren	68
Wasseranwendungen nach Kneipp	69
Blutegel	70
Akupressur	70
Ernährung	71
Pflanzen, Rezepte	72
Quarkumschlag	73
Übersichtstabelle aller Behandlungsformen	74

Kapitel 6: Leben mit Krampfadern **78**

Beruf	79
Hormone	80
Schwangerschaft	81
Aktiv sein in Sachen „gesunde Beine“	82
Persönliche Einstellung zur Krankheit	82
Freizeit	84
Sport	84
Venenwalking	86
Gymnastik für die Venen	88
Urlaub	89
Körperpflege	91

Anhang **94**

Glossar	94
Sachregister	97
Weiterführende Literatur	98
Adressen	99