



**Dr. med. Dierk Heimann**

ist Facharzt für Allgemeinmedizin. Er hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.  
[www.ihr-hausarzt-in-mainz.de](http://www.ihr-hausarzt-in-mainz.de)



# „Wann werden Krampfadern gefährlich, Herr Doktor?“

**D**er heiße Sommer hat die Venen in den Beinen vieler Menschen leiden lassen. Durch die Hitze haben sich die Gefäße erweitert, Wasser konnte eindringen. Die Folge: Millionen Beine wurden dick, auch Krampfadern verstärkten sich. Die 47-jährige Mutter zeigt mir fast beschämt ihre Beine. „Herr Doktor, so viele Krampfadern hatte ich noch nie“, sagt sie. „Nicht mal nach den Geburten meiner Kinder.“ Sie zieht ihr Kleid ein Stück höher. An der Innenseite des rechten Oberschenkels kommt zudem eine gerötete Stelle zum Vorschein.

## Der Venen-Check

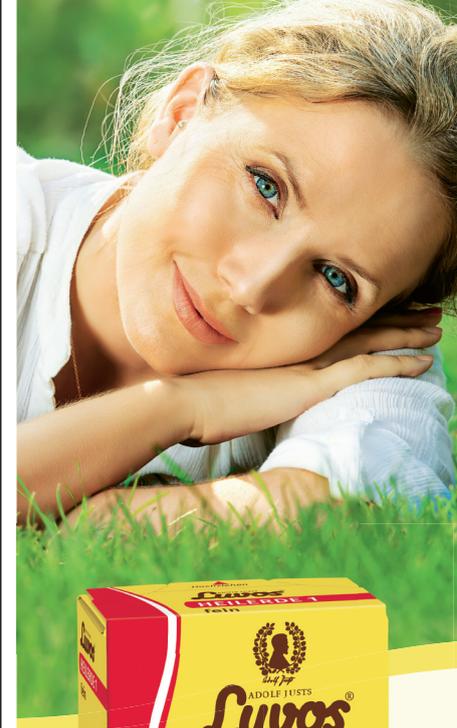
Ich ziehe mir einen Handschuh an und taste die Rötung vorsichtig ab. Ich spüre eine Verhärtung, und das Gewebe ist deutlich wärmer als auf der anderen Seite. „Hatten Sie das schon mal?“ Sie nickt und lässt das Kleid wieder über ihre Knie fallen. „Vor etwa drei Jahren – da war es aber nicht so schmerzhaft. Ist es eine Thrombose?“, fragt sie besorgt. „So sieht es nicht aus. Aber wir sollten den sogenannten Wells-Score durchgehen. Da wird anhand eines Fragenkatalogs das Risiko einer tiefen Beinvenenthrombose errechnet. Das sind die Gefäße, die sich inmitten der Muskulatur befinden.“ Wenn sich hier ein Blutgerinnsel löst, droht eine Verstopfung der Lungengefäße, eine Lungenembolie –, das kann lebensgefährlich sein. Doch zum Glück ergibt der Test eine geringe Wahrscheinlichkeit. „Ich denke, Sie leiden unter einer Thrombophlebitis. Das bedeutet, dass sich eine der oberflächlich liegenden Venen entzündet hat. Dadurch kann es zu einer kleinen Throm-

bose in diesen Gefäßabschnitten kommen – daher die Verhärtung. Erst mal kein Grund zur Beunruhigung.“ Meine Patientin ist dennoch alles andere als entspannt. „Woher kommt denn das?“, möchte sie von mir wissen.

## Was ist der Auslöser?

„Krampfadern sind Erweiterungen der oberflächlichen Venen. Sie erhöhen das Risiko einer Entzündung. Am besten tragen Sie künftig Stützstrümpfe, kühlen so oft wie möglich Ihre Beine und legen sie abends hoch. Bei Krampfadern gilt die 2L- und 2S-Regel: Laufen und Liegen sind besser als Sitzen oder Stehen. Auch sollten Sie einen Phlebologen, einen Venenspezialisten, aufsuchen. Jetzt behandeln wir aber erst mal die Thrombophlebitis. Sie sollten sich viel bewegen. Wir würden das Bein jetzt wickeln, also einen strammen Verband anlegen, und Sie können es zu Hause kühlen. Da die Stelle dicht an der Einmündungsstelle zu den tiefen Venen liegt, möchte ich Ihnen für ein paar Tage vorbeugend einen Blutverdünner geben, damit keine Gerinnsel in den tiefen Venen entstehen. Das wäre gefährlich. Kommen Sie mit Spritzen in den Bauch zurecht?“ Sie wehrt ab. „Bitte nicht!“ „Dann verschreibe ich Ihnen Tabletten, ein sogenanntes NOAK – das verdünnt das Blut. Also: Viel laufen, viel kühlen, zweimal täglich Tabletten, und ich schaue es mir alle zwei Tage an! Einverstanden?“

Die zweifache Mutter nickt. Tatsächlich gehen ihre Beschwerden zurück. Nach einer Woche setze ich den Blutverdünner wieder ab und empfehle ihr – neben den Stützstrümpfen – gegen die Krampfadern Rosskastanienextrakte als Tabletten.



## ... natürlich gegen Sodbrennen

- ✓ wirkt schnell und anhaltend
- ✓ höchste Säurebindung ohne Nebenwirkungen
- ✓ wertvolle Mineralien und Spurenelemente
- ✓ reines Naturarzneimittel aus Deutschland, vegan

# Luvos<sup>®</sup>

HEILERDE

[www.luvos.de](http://www.luvos.de)

Adolf Justs Luvos<sup>®</sup> Heilerde 1 fein. Pulver zum Einnehmen. Wirkstoff: Heilerde. Traditionell angewendet als mild wirkendes Arzneimittel bei Sodbrennen, säurebedingten Magenbeschwerden und Durchfall. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Heilerde-Gesellschaft Luvos Just GmbH & Co. KG, Otto-Hahn-Straße 23, 61381 Friedrichsdorf.