



Venenleiden der Frau – Wege aus der Sackgasse

Cornelia von Hagens

Ambulanz für Naturheilkunde und Integrative Medizin,

Universitätsfrauenklinik Heidelberg

gefördert seit 1999 durch die H.W.& J. Hector-Stiftung, Weinheim



KFN-Presskonferenz 26. Mai 2004



Gliederung

- **Definition und Symptomatik**
- **Häufigkeit**
- **Risikofaktoren**
- **Venenleiden und Schwangerschaft**
- **Venenleiden und Hormontherapien**
- **Individuelle Empfehlungen**
- **Allgemeine Schlussfolgerungen**

Venenleiden

- **Besenreiser**
- **Varicosis**
- **Phlebitis**
- **Thrombosen**
- **Embolie**
- **Postthrombotisches Syndrom**
- **Ulcus cruris**
- **Spannungsgefühl**
- **Schweregefühl**
- **„Müde Beine“**
- **Wadenkrämpfe**
- **„restless legs“**
- **Juckreiz**
- **Knöchelödeme**
- **offene Beine**

Venenleiden - Häufigkeit

- **Alter**
 - ca. 50 % der Frauen über 40
 - ca. 70 % aller über 50-jährigen
- **Männer : Frauen: 1,5 : 3,5, davon 40,5 % im Anschluss an eine Schwangerschaft**
- **Industriestaaten > Afrika, Asien, Aborigines (aber Immigranten haben gleiches Risiko wie im Gastland)**

Venenleiden - Risikofaktoren

- Schwangerschaft
- Ovulationshemmer
(besonders Gestagene der 3.
Generation (Gestoden,
Desogestrel)
- Hormonersatztherapie
- SERM (Clomifen,
Tamoxifen, Raloxifen)
- Überstimulation
- Alter
- Übergewicht
- Diabetes
- Bewegungsmangel
- Nicotin

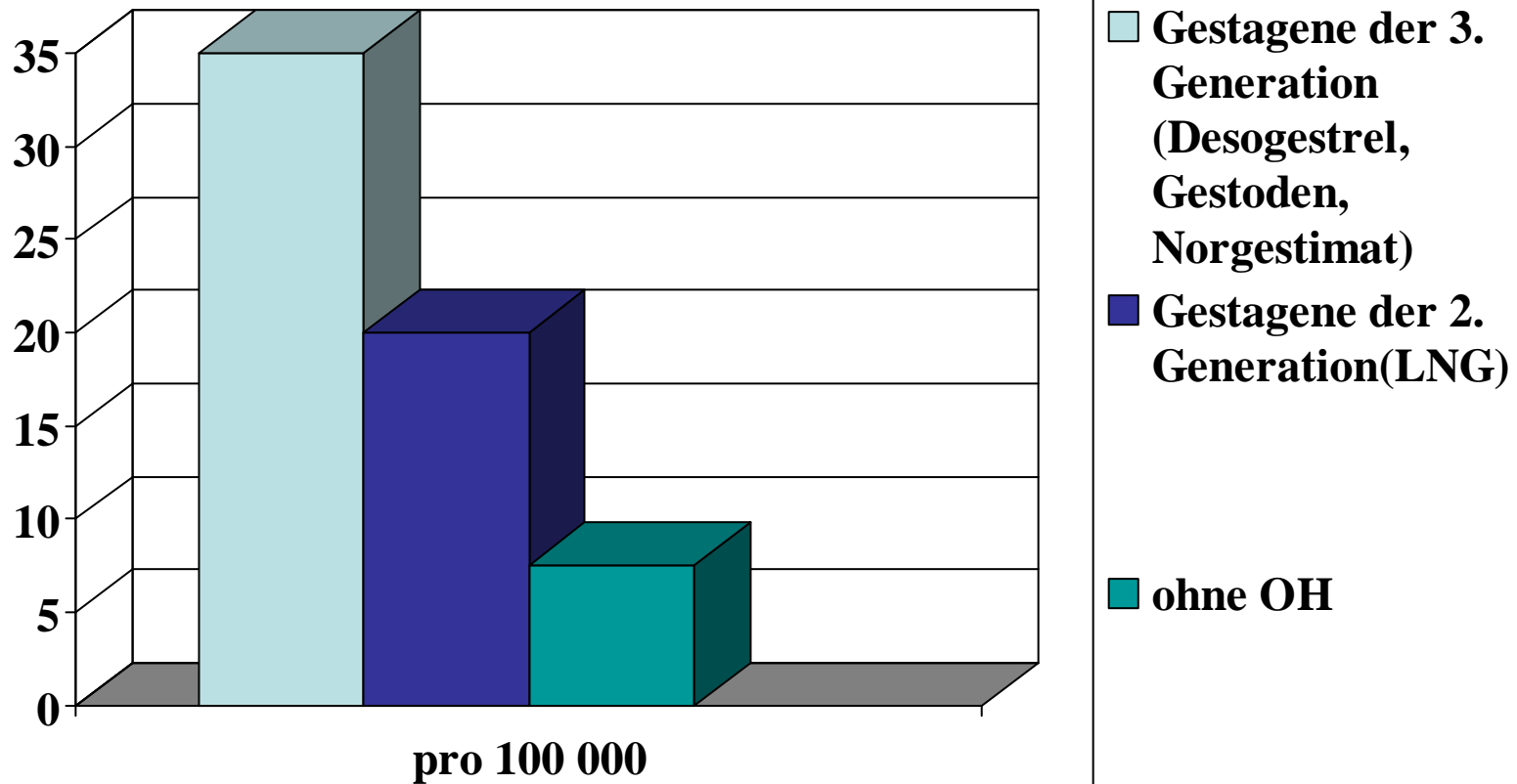
Schwangerschaftsveränderungen

- **Geburtserleichterung**
- **Minderung des Blutverlustes**
- **Verbesserung der Versorgung des Feten mit Nährstoffen und Sauerstoff**
- **Blutvolumen ↑↑**
- **Erhöhte Dehnbarkeit der Venenwände**
- **Erhöhter Druck auf die Beinvenen durch wachsenden Uterus**
- **Beeinträchtigung des Verschlusses der Venenklappen**
- **Ödemneigung**

Risikofaktoren für Thromboembolien in Schwangerschaft und Wochenbett

- **Individuelle Risiken**
 - **Alter > 35 (4-fach)**
 - **Übergewicht**
 - **Varicosis**
 - **Rauchen**
 - **Frühere TVT / Lungenembolie**
- **Schwangerschaftsbedingte Risiken**
 - **Mehrlinge**
 - **Bettruhe**
 - **Hypertonus**
 - **Präeklampsie**
 - **Sectio**

Thrombosehäufigkeit durch Ovulationshemmer



Europäische Arzneimittelkommission London 2001

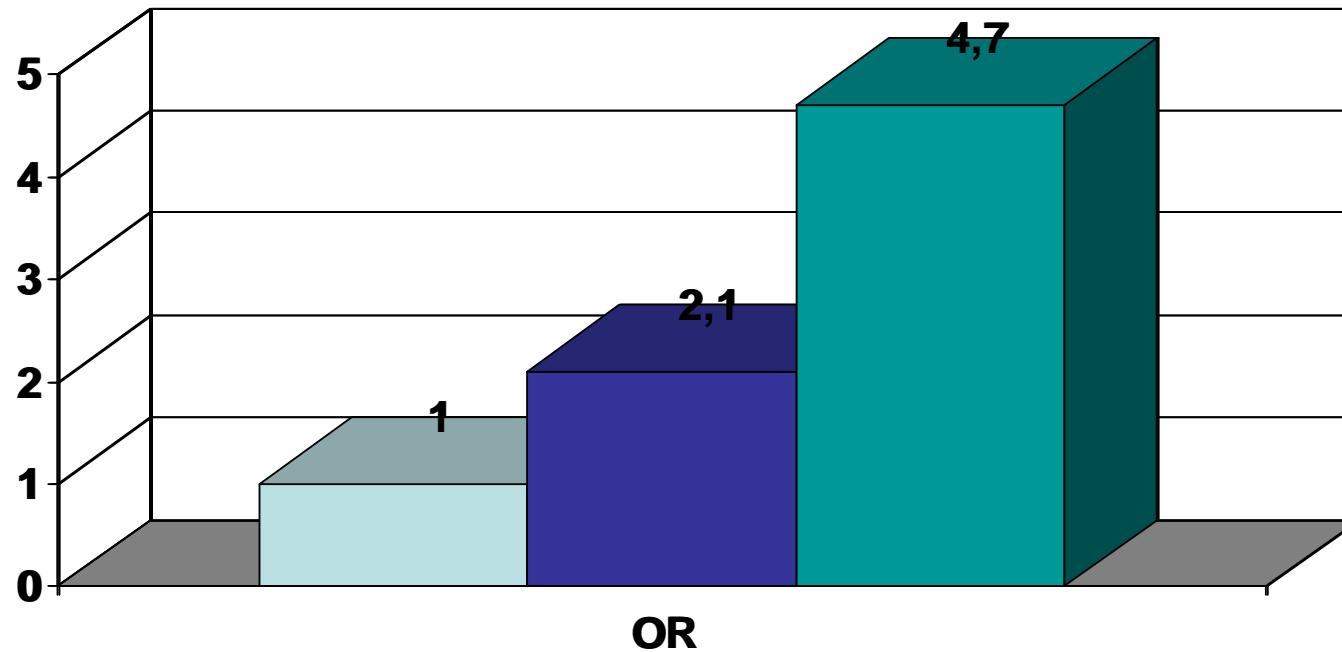
Wirkungen der OH auf Venenleiden

- **Gesteigerte Gerinnungsaktivität**
- **Erhöhter Fibrin-Turnover**
- **Erhöhte Thrombenbildung**
- **Neigung zu venöser Stase**
- **Veränderte Fliesseigenschaften des Blutes**
- **Erhöhung des thromboembolischen Risikos auf 1,4 pro 10 000 Frauenjahre (RR 3-4)**
- **Risikoindikatoren:**
 - frühere TVT
 - Familienanamnese
 - Blutgruppe A, B, AB
 - bekannte Thrombophilie

HRT und Thromboembolierisiko

- **34 vs. 16 /10 000 Frauenjahre (WHI-Studie)**
- **RR 3,5 steigt dosisabhängig (2,1 -3,3 -6,9)**
 - **transdermale Applikation günstiger**
- **Adipositas, Alter, oberflächliche Thrombophlebitis: RR 1,5 - 3**

Tamoxifen und Thromboembolierisiko



Duggan C: JCO 21, No 19, 2003:3588-3593

Individuelle Empfehlungen

- **Ballaststoffreiche Kost**
- **Viel trinken**
- **Bewegungstraining**
 - erhöhte Alltagsaktivität
 - moderates Training in Sportarten ohne starke Belastung der Beine, z. B. Radfahren, Aquajogging, Nordic Walking, Schwimmen
- **Gefäßstraining (Kneipp)**
- **Kompressionsstrümpfe**
 - Stehende Berufe
 - Risikosituationen
 - Schwangerschaft
 - Langes Stehen, enge Sitze
- **Meiden von Übergewicht**
- **Nicotinverzicht**
- **Meiden von ungünstigen Sitzpositionen und von langem Stehen**
- **Meiden**
 - heiße Bäder
 - Sauna
 - Sonnenbäder
 - Viel Tragen und Pressen
- **Meiden von Sportarten mit starker Beinbelastung und Verletzungsrisiko**
 - Squash, Tennis
 - Mannschaftssportarten
 - Kraftsport

Informationsangebote

- **Spezialsprechstunde: Natürliche Familienplanung (NFP)**
- **Alternativen zur Hormonersatztherapie**

Forderungen an Gesellschaft und Politik

- **Reduzierung von Arbeitsplätzen mit überwiegend stehender Tätigkeit**
- **Sitzgelegenheiten/Stehstühle/Rotation der Mitarbeiter auf solchen Arbeitsplätzen /Venengymnastik in Arbeitspausen**
- **Vermehrtes Angebot von Sitzplätzen besonders in Wartebereichen (Geschäfte, Bahnhöfe, Haltestellen)**
- **Unterstützung von Schwangerschaften bei jungen Frauen**