

Wenn die Beine nicht mehr wollen

Schwere Beine, **Krampfadern**, Venenentzündung – es gibt viele Namen für das Phänomen und ebenso viele Möglichkeiten der Linderung. „Schwere Beine“ können äußerst schmerzhaft sein.

Durch die Venen wird das verbrauchte Blut zum Herz zurück gepumpt. Dazu muss es einen langen Weg zurücklegen; von den Füßen aufwärts bedient sich der Körper eines ausgeklügelten Systems. Mittels der Waden-Muskelpumpe, den elastischen Gefäßwänden und Ventilen, die sich nur nach oben öffnen, schafft er es, den Rückfluss auch entgegen der Schwerkraft zu bewerkstelligen.

Doch manchmal funktioniert das Zusammenspiel der einzelnen Faktoren nicht. Mal sind die Gefäßwände ausgeleiert, die Ventile öffnen sich in beide Richtungen oder der Patient kann sich nicht mehr gut bewegen. Übergewicht, kaputte Gelenke oder einfach das Alter hindern ihn daran, den Rücktransport des Blutes in Gang zu setzen.

Tatsächlich gibt es frei verkäufliche Arzneimittel, die die gefährlichen Stauungen verhindern können. Für oberflächliche Venenentzündungen kann man dem Kunden beispielsweise heparinhaltige Salben oder Cremes empfehlen. Heparin ist ein Antikoagulans, das die Blutplättchen daran hindert, sich zusammenzuschließen – es macht also das Blut weniger gerinnungsfähig. Menschen mit besagten „schweren Beinen“ haben das Problem, dass durch die erschlafften Venenwände Flüssigkeit

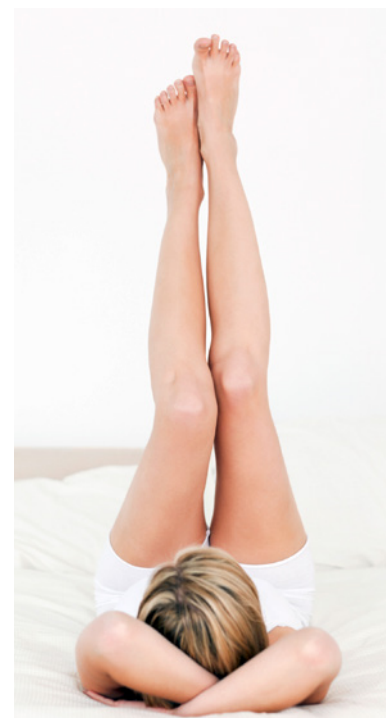
in die Umgebung austritt und das Blut verdickt, wodurch es leichter zu Thrombosen kommen kann, einem Venenverschluss. Heparin lässt das Blut wieder fließen.

Auch der Extrakt von Rosskastanie und rotem Weinlaub, das Aescin, wirkt bei leichten Venenproblemen hilfreich. Aescin dichtet die Venenwände von innen ab, sodass keine Flüssigkeit mehr nach außen dringen kann und das Blut fließfähig bleibt. Allerdings sind alle Arten von Salben nur bei leichter Venenschwäche anzuraten.

Franzbranntwein und Einreibungen mit Beinwell steigern die Durchblutung im Bein und wirken oberflächlich erleichternd. Patienten mit Venenschwäche sollte geraten werden, in geeigneten Momenten die Beine in einem (maximal) Neunzig-Grad-Winkel hochzulegen, um den Blutrückfluss in Gang zu bringen.

Ödemen und Wasseransammlungen kann auch mit entsprechenden Teedrogen begegnet werden. Hier bieten sich Brennnessel, Orthosiphon und Hauhechelwurzel an.

Heilen kann man Venenleiden nicht, aber man kann die schlaff gewordenen Venenwände unterstützen. Kompressionsstrümpfe erhöhen den Druck von außen, sodass die Wadenmuskelpumpe wieder funktioniert und das Blut nach oben transportiert werden kann statt im Gewebe zu ver-



© Wavebreakmedia Ltd / Wavebreak Media / Thinkstock

sacken. So kann auch das Fortschreiten des Krampfaderleidens vermindert werden. Raten Sie Ihren Kunden mit schweren und geschwollenen Beinen oder Krampfadern, sich vom Arzt Kompressionsstrümpfe verordnen zu lassen. Sie werden dann in der Apotheke angemessen. Kompressionsstrümpfe haben heute nichts mehr von „Omas Gummistrumpf“, sie sind chic und in modischen Farben erhältlich. Es gibt sie als Knie- und Oberschenkelstrümpfe sowie als Strumpfhosen. Anziehhilfen erleichtern gerade ältere Menschen das Überziehen.

Starke Schmerzen in der Tiefe, Überwärmung und ein Anschwellen des Beines weisen auf eine tiefe Venenthrombose hin, die bis zum Gefäßverschluss führen kann. In diesem Fall ist ein sofortiger Arztbesuch anzuraten. ■

Alexandra Regner,
PTA/Redaktion