

Müde Beine wach machen

27.03.2008, 14:51 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Venenpraxis Wunstorf*

Wunstorf im März 2008. Im April 2008 findet der 4. Deutsche Venentag statt – Grund genug, den empfindlichen Gefäßen einmal mehr Aufmerksamkeit zu schenken als gewöhnlich. Schließlich leidet in Deutschland jede zweite Frau und jeder vierte Mann an geschwollenen Fesseln sowie schweren und schmerzenden Beinen. Viele führen sich zwar vor Augen, dass ausreichende Bewegung den Venen guttut; was aber wirklich gegen Krampfadern, Besenreiser & Co. hilft, ist meist nicht bekannt.

Neben möglicherweise familiär bedingten Veranlagungen spielt der eigene Lebenswandel eine entscheidende Rolle bei der Entstehung von Krampfadern. „Vor allem einseitige und bewegungsarme Tätigkeiten wie langes Stehen oder Sitzen sowie enge Kleidung und falsches Schuhwerk begünstigen Erkrankungen der Beinvenen“, erklärt Dr. Erika Mendoza, Leiterin der Venenpraxis Wunstorf. Wer Anzeichen von Krampfadern bemerkt, der kann vorbeugend Kompressionsstrümpfe tragen. Alle, die jetzt an unmoderne Gummistrümpfe denken, können aber aufatmen. Heute gibt es eine Vielzahl von ästhetischen Varianten, die im Alltag nicht mehr auffallen. Einen typischen Risikofaktor für Venenleiden stellt zudem Hartleibigkeit dar. Übergewicht verschlimmert die Folgen von Krampfadern ebenfalls, vor allem die dadurch entstehende Schwellung der Beine. Aber auch Sportarten, bei denen vermehrt die Bauchpresse zum Einsatz kommt, erhöhen die Gefahr. Wer im Gegensatz dazu häufig einmal die Beine hochlegt, viel trinkt und sich ab und zu mit Kneipp'schen Güssen verwöhnt, befindet sich auf einem guten Weg zu venengesunden Beinen. Treten trotz Vorsorge Krampfadern auf, müssen sie heutzutage nicht mehr gezogen oder durch Hitzeverfahren beseitigt werden, sondern lassen sich mithilfe der CHIVA-Methode wieder in funktionierende Venen verwandeln. Zunehmend übernehmen auch Krankenkassen die Kosten für dieses schonende und langfristig wirksame Verfahren. Doch Vorbeugen bleibt die beste Alternative. „Betroffene setzen präventive Maßnahmen aber nur dann langfristig um, wenn sie in Freizeitpläne eingebunden und Gewohnheit sind“, resümiert Dr. Mendoza.

Weitere Informationen unter www.venenpraxis-wunstorf.de.

Portrait

Die Venenpraxis Wunstorf unter Leitung von Dr. med. Erika Mendoza bietet Patienten mit Venenerkrankungen verschiedene schonende Behandlungsmethoden. Neben Venensprechstunden, die der Beratung und Erstuntersuchung dienen, entfernen die Mediziner Krampfadern mit sanften Methoden, wie CHIVA, Schaumverödung und Endoluminalem Laser. Auch die kosmetischen Makel Besenreiser und Couperose (rote Äderchen im Gesicht) werden in der Praxis behandelt. Ferner gehören Raucherentwöhnung mit Bioresonanz, Magnetfeldtherapie bei Schmerzen, Osteopathie, Falten- sowie Cellulitebehandlung zum Leistungsspektrum. Dr. med. Mendoza ist Fachärztin für Allgemeinmedizin, Vorsitzende der Deutschen Gesellschaft für CHIVA und verfügt über eine Ausbildung für Palliativmedizin. Bekannt ist sie auch als Autorin verschiedener Fachpublikationen und Patientenratgeber aus den Bereichen Palliativmedizin und Krampfadernerleiden.

News-ID: 198994 • Views: 2569 (Stand: 26.04.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/198994/Muede-Beine-wach-machen.html>