



Der Neubau des Kantonsspitals: Bezug 1. Quartal 2020.

Warum bekommt man Krampfadern?

Während eines Dienstes im Spital erschien eine Patientin. Sie sagte, sie sei schwanger und sehr besorgt, dass sie während der Schwangerschaft Probleme mit ihren Beinvenen haben könnte. Nach einer Untersuchung der Patientin – auch mittels Ultraschall – konnte ich feststellen, dass derzeit keine Merkmale einer Venenerweiterung vorhanden sind. Äußerlich war eine Schwangerschaft bei der Patientin auch noch nicht sichtbar, daher habe ich mich erkundigt: «Wie weit sind sie denn mit der Schwangerschaft?» Daraufhin antwortete sie mit träumerischer Stimme: «seit 12 Stunden».

Natürlich gehört eine Schwangerschaft zu den Risikofaktoren einer Krampfaderbildung, jedoch nicht so früh. Die Tatsache, dass Frauen während einer Schwangerschaft häufiger Krampfadern entwickeln, ist auf hormonelle Faktoren und einen erhöhten Venendruck zurückzuführen. Weibliche Geschlechtshormone sorgen für ein weiches Bindegewebe, die Gebärmutter drückt mit dem Fortschreiten der Schwangerschaft zunehmend in das kleine Becken und behindert somit den Blutrückfluss durch die Venen. Während der Schwangerschaft ist auch das Bindegewebe der Blutgefäße weicher und die Venen dehnen sich daher eher aus. Schwangere haben zudem auch ein erhöhtes Blutvolumen, daher steigt das Risiko Krampfadern zu entwickeln während der Schwangerschaft signifikant an. Bei der Entstehung von Krampfadern spielen jedoch auch erbliche Komponente eine Rolle. Wenn beispielsweise Ihre Eltern Krampfadern haben, ist Ihr eigenes Risiko für venöse Erkrankungen erhöht. Ein Beispiel, wir haben drei Generationen einer Fami-

lie operiert – Grossvater, Vater und Sohn. Und alle drei hatten die gleiche Art von Krampfadern am linken Bein. Es wird daher angenommen, dass die Hauptursache für Krampfadern eine genetische Veranlagung für Bindegewebsschwäche ist.

Eine genetische Veranlagung bedeutet jedoch nicht immer, auch Krampfadern zu entwickeln. Eine andere, nicht zu vernachlässigende Ursache ist der Lebensstil des modernen Menschen: Sitzende und stehende Tätigkeiten, zu wenig Bewegung, Rauchen und Übergewicht fördern die Entstehung von Krampfadern. Oft wird auch vergessen, dass bequeme Kleidung für eine ungestörte venöse Durchblutung sehr wichtig ist, beispielsweise zu enge Hosen können diese behindern.

Besonders schädlich für die Venen ist, wenn man lange Zeit stillstehen muss. Das Blut versackt dann sozusagen in den Beinen und muss von den Venen von selbst zum Herzen hochgepumpt werden. Da die Venen jedoch nur mit Hilfe der Bewegung der Beinmuskulatur pumpen können, sammelt sich das Blut in den Venen an. Durch diese zusätzliche Belastung dehnen sich die Venen aus und die Venenklappen werden durchlässig. Insgesamt ist daher gerade Bewegungsmangel eine weitere sehr wichtige Ursache der Krampfaderbildung. Besteht dann noch eine genetische Veranlagung, kann dies in Kombination mit Bewegungsmangel schnell zu Krampfadern führen.

Ohne ausreichend Bewegung wird längerfristig zudem die Muskulatur schwächer und kann die Arbeit der Venen nicht mehr ausreichend unterstützen. Außerdem fehlt die reguläre Funktion der sogenannten Muskelpumpe. Die Venen müssen daher die gesamte Transportarbeit weitgehend alleine erledigen und «leiern» dadurch schneller aus; wie ein Kleidungsstück das zu oft getragen wird. Eine gute Nachricht gibt es jedoch: Unabhängig von der Ursache kann die Behandlung von Krampfadern fast immer erfolgreich durchgeführt werden.



Dr. med. Saulius Sudikas
Oberarzt Chirurgie