



VARIKOZITETI

VARIKOZITETI VENA

ŠTO SU VARIKOZITETI VENA

- Varikozne vene su proširene površne vene u nogama.
- Obično nema jasnog uzroka.
- Varikozne vene u pravilu ne razvijaju simptome, ali mogu uzrokovati osjećaj punoće, pritiska, boli ili preosjetljivosti u nogama.
- Varikozne vene se mogu pojaviti samostalno ili u sklopu kronične venske insuficijencije.

NASTANAK VARIKOZITETA VENA

- Varikoziteti vena mogu nastati zbog:
 - slabosti venskih zalistaka, ili proširenja venskog zida zbog slabe građe.
 - kronične venske insuficijencije i venske hipertenzije.

Većina zahvaćenih osoba nema jasne uzroke nastanka varikoziteta.

Često se pojavljuju unutar obitelji – genetsko nasljeđivanje

Češće obolijevaju žene jer estrogen utječe na vensku strukturu, a trudnoća povisuje tlak u venama zdjelice i nogu.

ŠTO SE DOGAĐA U VARIKOZNIM VENAMA

- Varikozne vene u početku mogu biti napete i mogu se napipati
- Ne moraju biti vidljive.
- S vremenom se sve više povećavaju, izbočuju se i postaju vidljive
- Javlja se osjećaj punoće, umora, površinske boli i preosjetljivosti u nogama.
- Najvidljivije su dok osoba stoji.
- Varikoziteti vena mogu dovesti do tromboze, uzrokujući bol.

ŠTO SE DOGAĐA U VARIKOZnim VENAMA

- Varikozne vene u početku mogu biti napete i mogu se napipati,
- Ne moraju biti vidljive.
- S vremenom se sve više povećavaju, izbočuju se i postaju vidljive
- Javlja se osjećaj punoće, umora, površinske bolji i preosjetljivosti u nogama.
- Najvidljivije su dok osoba stoji.
- Varikoziteti vena mogu dovesti do tromboze, uzrokujući bol.

LIJEČENJE VARIKOZITETA VENA

- olakšavanje simptoma,
- poboljšanje izgleda nogu,
- prevenciji komplikacija primjenom kompresivnih čarapa i lokalnom njegom.
- Kirurški zahvati. Ovi zahvati kratkotrajno ublaže simptome, ali dugoročna učinkovitost je mala.
- Neovisno o načinu liječenja, razvijaju se nove varikozne vene, pa liječenje često valja nastaviti doživotno.

SAMOPOMOĆ I PREVENTIVA

- redovito vježbanje
- gubitak prekomjerne tjelesne težine
- izbjegavanje dužeg sjedenja ili stajanja na istom mjestu
- podizanje nogu iznad razine srca, barem pola sata na dan
- izbjegavanje konzumacije alkohola, jer alkohol dovodi do vazodilatacije



SAMOPOMOĆ I PREVENTIVA

- Promijenite životne navike mogu se mijenjati (umjesto sjedenja pred televizorom prošećite, vozite bicikl, lagano trčite ili se bavite sportskom aktivnosti prema vlastitim afinitetima, mogućnostima i prema životnoj dobi.)
- Elastične čarape ili zavoji stavlju se ujutro prije ustajanja i nose se tijekom dana. Ukoliko dođe do bolova u nogama ili nelagode pri nošenju, konzultirajte liječnika.
- Elastične čarape usporavaju napredovanje bolesti

Izrada materijala sufinancirana je sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda, Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali 2014.-2020.



*Sadržaj emitiranog materijala isključiva je odgovornost
Koordinacije hrvatske obiteljske medicine*