

Proširene vene i trudnoća

Plše: mr.sc. Slaven Suknaić,
vaskularni kirurg

VARIKOZNE VENE je često upotrebljavan pojam koji označava široki spektar proširenih vena različitog promjera. Kada govorimo o proširenim venama najčešće mislimo na promijenjene površinske vene nogu. Međutim proširene vene mogu biti i u području jednjaka, želuca, završnog dijela debelog crijeva. Smatra se da 30-40% radno sposobne populacije ima razvijen određeni stupanj proširenih vena nogu. Proširene vene najčešće se razvijaju u osoba između 30. i 60. godine života.

Anatomski, razlikujemo 2 glavna venska sustava u tijelu:

1. duboki venski sustav – smješten je duboko unutar nogu, okružen i zaštićen mišićima potkoljenica i natkoljenica. Prenosi oko 90 % venske krvi prema srcu.

2. površinski venski sustav – smješten površno, nije okružen mišićima, tanje je stijenke i zato skloniji širenju.

Ova dva sustava međusobno su povezana perforantnim venama.

Osnovna funkcija vena je odvodnja krvi iz različitih organa u srce, točnije desni atrij. Povratak krvi u srce, iz donjih ekstremiteta, omogućuju mišići potkoljenica koji djeluju poput pumpe tjerajući krv prema gore.

'Najčešće tegobe na koje se pacijenti s proširenim venama žale su osjećaj težine i napetosti u potkoljenicama, oticanje nogu, tupi ili ponekad grčeviti bolovi, svrbež i promjene pigmentacije kože'

Venski zalisci su ti koji sprečavaju retrogradni povrat krvi i u slučaju njihove insuficijencije dolazi do povrata krvi i povećanja tlaka u površinskim venama. Osim toga, radi anatomske građe i sastava stijenke vena, one su se sposobne proširiti i na taj način akumulirati veliki volumen krvi, bez značajnog povišenja tlaka u njima. Međutim, porastom tlak u njima iznad određene granice one se znatno proširuju, postaju vidljive, tortuotične i izdužene.

Postoje određeni rizični čimbenici za nastanak varikoziteta. Kombinacija rizičnih

čimbenika prije će dovesti do nastanka proširenih vena, nego djelovanje samo jednog faktora rizika. Glavni rizični čimbenici za razvoj proširenih vena su:

● **nasljedni čimbenici** (poznato je da se proširene vene češće razvijaju u osoba kod kojih netko od bližih članova obitelji ima venske varikozitete)

● **spol** (žene su 4x opterećenije s nastankom proširenih vena u odnosu na muškarce)

● **debljina**



VenoTrain®
micro



● **izloženost dugotrajnom stajanju ili sjedenju** (osobe koje obnašaju poslove gdje uglavnom stoje ili sjede imaju povećanu učestalost razvoja proširenih vena radi slabljenja stjenke vena)

● **trudnoća** (utvrđeno je da do 40 % trudnica razvije neki stupanj proširenih vena tijekom trudnoće)

TRUDNOĆA predstavlja rizični čimbenik za nastanak proširenih vena iz nekoliko razloga. Glavni je razlog hormonski disbalans koji se događa tijekom trudnoće. Povišena razina hormona progesterona djeluje na stjenku vena relaksirajuće, što dovodi do razdvajanja listova zalistaka i njihove insuficijencije, te posljedičnog refluksa. Osim toga, povećana maternica pritišće vene zdjelice i donju

'Gotovo 40 % žena u trudnoći dobije neki stupanj proširenih vena. Glavni je razlog povišena razina hormona progesterona'

šuplju venu (*vena cava inferior*) što povisuje tlak u venskom sustavu nogu i doprinosi razvoju varikoziteta.

Najčešće tegobe na koje se pacijenti s proširenim venama žale su osjećaj težine i napetosti u potkoljenicama, oticanje nogu, tupi ili ponekad grčeviti bolovi, svrbež i promjene pigmentacije kože, napose u području iznad unutarnjeg gležnja. Navedene tegoba su uglavnom progresivnog tijeka, što znači da se s vremenom pogoršavaju.

Dijagnoza proširenih vena postavlja se na temelju kliničkog pregleda, a stupanj insuficijencije određuje se ultrazvučnom pretragom tzv. Doppler-om vena.

Na liječenje proširenih vena pacijenti se danas odlučuju radi navedenih komplikacija, neugodnih simptoma ili kozmetičkih razloga. Mogućnosti liječenja varikoznih vena zaista su velike i uključuju: kompresivnu terapiju, skleroterapiju, klasične kirurške metode uklanjanja proširenih vena (flebektomije, stripping), endovenske metode (laser i RadioFrekvantna Ablacija) i sklerozacija vena pjenom pod kontrolom ultrazvuka (UGFS).

Sve navedene metode, osim kompresivne terapije, su u određenoj mjeri invazivne i treba izbjegavati njihovu primjenu u trudnoći. Osim toga, završetkom trudnoće simptomi vezani uz proširene vene, kao i

njihov izgled imaju tendenciju oporavka. Radi navedenog, tretman većine slučajeva proširenih vena u trudnica treba primarno provoditi kompresivnom terapijom. Elastično-kompresivne čarape djeluju pozitivno na vensku cirkulaciju stvarajući tlak na mjestu primjene, što smanjuje tlak u površinskom venskom sustavu i pozitivno djeluje na povrat krvi u srce. Vanjski pritisak na stjenku vena približava razmaknute listove zalistaka, smanjujući tako njihovu insuficijenciju. Kompresivna terapija smanjuje oteklinu u području potkoljenice, kao i osjećaj težine i bolova u nogama. Danas se kompresivne čarape razlikuju po veličini, dužini, klasi kompresije, boji. Sama primjena sastoji se od navlačenja čarapa odmah nakon buđenja i jutarnje toalete i nošenja tijekom čitavog dana. Osim kompresivne terapije ima i nekoliko praktičnih savjeta za prevenciju razvoja ili napredovanja proširenih vena:

- ✓ svakodnevno vježbajte ili šetajte
- ✓ pokušajte ostati u preporučenim vrijednostima tjelesne težine za stupanj trudnoće
- ✓ povremeno tijekom dana podignite stopala i noge iznad razine srca
- ✓ izbjegavajte sjedenje sa prekrštenim nogama
- ✓ nemojte predugo sjediti ili stajati
- ✓ spavajte na lijevoj strani, što umanjuje pritisak povećanog uterusa na donju šuplju venu

Nošenje elastično-kompresivnih čarapa će u velikoj mjeri ublažiti nastale tegobe. Neka od drugih metoda liječenja varikoznih vena stoji na raspolaganju, ali najranije 3-4 mjeseca nakon poroda.

Tvrtka Bauerfeind u svojoj širokoj paleti proizvoda za flebologiju nudi VenoTrain kompresivne čarape vrhunske kvalitete. Sve potrebne informacije možete dobiti u našim poslovnica, od kvalificiranih stručnjaka, na broj telefona 01 2222 000 ili pronaći na našoj internet stranici www.bauerfeind.hr.

BAUERFEIND
Pokret je život.

