

Bol u nogama - Proširene vene

Proširene vene tretirati kao veliki problem

Autor: Sonja Todorovic | Foto:m. ilic |

Bol u nogama može biti simptom ozbiljnih poremećaja. Bolje je hodati ili trcati nego stajati u mesecima.

- Najvažnije je delovati na faktore koji dovode do pojave bolesti. Ukoliko je moguce, potrebno je korigovati i spriječiti.
- Dijagnoza se postavlja klinickim pregledom. Potrebno je da pacijent bude samo u donjem vešu, bez crvenih i plavih vena.

Vaskularni hirurg treba da proceni koji je nacin lecenja najpogodniji za proširene vene. Proširene vene ne mogu se ukloniti.

Veštacka kolena traju 20 godina

Prim. dr Bojan Radojevic

Oboljenje kolena je jedno od najčešćih degenerativnih oboljenja kod čoveka. Jaki bolovi, slaba pohoda i slično.

U osnovi ove bolesti je propadanje hrskavice. Za sve severne narode važi da su skloniji degenerativnim bolestima.

- Interesantno je da naša populacija mnogo bolje podnosi degenerativno oboljenje kolena nego kuka. Tako da je u Srbiji 100% stanovnika sa degenerativnim oboljenjem kolena.
- Fizikalna terapija je jedna od metoda koja može da ublaži i smanji tegobe u pocetnoj fazi. Tu su i savremeni metodi poput elektroterapije i ultrazvuka.

Šta da radite ako vam noge oticu i bole vas

Hladna voda prija venama

Potpuno zdrave vene na nogama imaju samo malobrojni. Plavice vane koje se vide, a cesto i kruši.

Nasledni faktor

Kada je reč o nastanku, glavnu ulogu nesumnjivo igra genetska predispozicija. Zbog toga ponekad varikose.

Kako nastaju:

Uzrok oboljenja vena, izmedju ostalog, cesto predstavlja i genetski uslovljena slabost vezivnog tkiva. Ovo je takođe poznato pod nazivom "varikozna venoma".

Šta doprinosi ovoj pojavi:

Formiraju proširenih vena idu na ruku određeni faktori, u koje spadaju nedovoljno kretanje i dugo sedenje.

Šta može da se dogodi

Ako venski zaliisci ne funkcionišu kako treba, nastaje sve veći pritisak na odgovarajući deo obolele vene.

Predupredite problem

- 1 Naizmenično tuširanje topлом и хладном водом подстиче проток крви кроз вене и јача их. Ујутру треба нанести хидрокортизон.
- 2 Црвена винова лоза ублажава отеке. Активна материја из ове биљке може се наћи у облику таблета, нпр. „Антивен“.
- 3 Дивљи кестен јача зидове вена - екстракт ове биљке може се наћи у капсулаима или у сastаву гелова за улажење.
- 4 Кретање. Дžoging, шетња, клизанje на леду или ходанje на скijama представљају добру вежбу за функцију вена.

Lecenje

Мање промене на венама могу да се леце склерозацијом. Она се врши убрзгавањем активне супстанције у вену.

Ту су и tzv. термичке технике (спалjivanje вена), које уз помоћ лазерских зрака или радио-таласа у оболелој вени уклањају венске зидове.

Posle operacije

Након обављене операције не треба пуно мirovati. Preporучује се кретање да би мишци деловали као помоћни мотор.

Elasticne carape

Nošenje elasticnih carapa se i inace preporucuje prilikom vecih opterecenja za vene, kao sto su dugo stajanje ili voanje.