



ORSZÁGOS GYÓGYINTÉZETI KÖZPONT, SZÍV- ÉS ÉRSEBÉSZETI OSZTÁLY
(Vezető prof.: Dr. Tomcsányi István – 1135 Bp., Szabolcs u. 35.)

A VISSZÉRBETEGSÉG KEZELÉSE

DR. BIHARI IMRE

Bevezetés

Hazánkban a legutóbbi felmérés szerint minden második felnőttnek (57%) visszértágulatai vannak (10, 11). Az adatok alapján feltételezhető, hogy mintegy 800 ezer embernek lenne szüksége visszérműtetre, 2–3 milliónál jön szóba sclerotherápia. Ez a betegség tehát rendkívül gyakori. A továbbiakban azt tárgyaljuk, mikor milyen kezelési mód indokolt, mit tanácsoljunk a betegeknek?

A visszérproblémák kezelésére (1) életmód változtatási tanácsokat adhatunk, (2) gyógyszert, (3) kompressziós kezelést, (4) scleroterápiát és (5) műtétet ajánlhatunk.

1. Életmód változtatási tanácsok

Ezek a tanácsok mindenkinek hasznosak, akik hajlamosak a varicositásra vagy már van visszértágulatuk, esetleg már túl vannak egy injekciós kezelésen, de azoknak is akik már a műtéten is átestek. Mindenek előtt a visszeres vagy visszér hajlamos beteg *kerülje a láb túlzott terhelését*. Lehetőleg ne válasszon olyan munkakört, amely állandó egyhelyben állást igényel, pl. portás, eladó, fodrász stb. Ne emeljen nehéz súlyokat, pl. bútorszállító, raktáros stb. Az ülő munka sem véd meg a visszerek kialakulásától, de a progresszió nem olyan gyors. Munka után célszerű a lábakat megemelve lefeküdni vagy leülni.

Fürdéskor *hideg vizes lábzuhanyt* végezzünk, mindig ezzel fejezzük be a fürdést. A hideg összehúzza az ereket, a meleg kitágítja. Tehát a meleg fürdőt, szaunát és a meleg egyéb formáit próbálják meg kerülni.

A *láb aktív mozgatása* előnyös, fokozza a vénás keringést. A lábfej hajlítása során a lábszár izmok összehúzódnak és kiürítik az izmokon belüli és az izmok melletti mélyvénákat. A lábszár izmok elernyedésekor a felületes vénák felől a mélyvénák felé áramlik a vénás vér, ezáltal kiürülnek a felületes visszerek is. A sportok

közül legelőnyösebb a *hideg vízben történő úszás*. Ekkor ugyanis a test lebeg a vízben, a vér súlya nem terheli a vénákat, azok nem feszülnek. Az úszás során a lábszár izmok mozognak, a mélyvénák jól kiürülnek. A következő testmozgás, amelyet ajánlani lehet a fekvő vagy megemelt lábbal végzett *lábtorna*. Ekkor sem nehezedik a vénás vér súlya a vénák falára. A gyertya állásban végzett biciglizés, lábfej körzés a lábszár felületes és mélyvénáit kiüríti, a visszerekben a feszítő érzést megszünteti. A következő javasolható aktív sport a *kerékpározás*. Ekkor a vér súlya már kissé feszítheti a lábszár vénákat, de a könnyed ritmikus mozgás során az izmok összehúzódnak kinyomja, illetve a felszíni erekből kiszívja a vénás vért, ezáltal a visszerek kiürülnek, nem feszülnek. A hegynek föl végzett kerékpározás már nem ennyire előnyös, az izmok erőteljes megfeszülése miatt, de az esetek többségében még ez is javasolható mozgás forma. Enyhe visszereség esetén a *vízszintes terepen végzett séta* is jótékony hatású. Álló testhelyzetben a vér súlya terheli a visszereket, de a ritmikus séta során a lábszár izmok kinyomják a visszeres vért a mélyvénákból és elernyedésükkor a mélyvénák felé folyik a vénás vér, ezáltal kiürítik a felszínes visszereket is (6). Súlyos varicositas vagy postthrombotikus fekély esetén a talpon létező nem szabad túlzásba vinni, helyesebb a láb felpolcolása és a már említett, fekvő végzett lábtorna.

2. Gyógyszeres kezelés

A visszér panaszokat enyhítő gyógyszerek rendszerint növényi kivonatok. A C-vitamin felfedezése során a Szentgyörgyi-vezette munkacsoport azonosította az első visszér gyógyszereket.

Ezek a gyógyszerek alkalmasak a *visszér tágulatok okozta panaszok enyhítésére*. Sajnálatos, hogy sok beteg csalódik ezekben a készítményekben, mert nincsenek kellően tájékoztatva arról, hogy nem a varicositas eltüntetését szolgálják, hanem a fájdalmak, feszülés