

## Selbsttest Venen

### Wichtiger Hinweis, bitte lesen.

Die in den kostenlosen Selbsttests dargestellten Informationen dürfen auf keinen Fall als Ersatz für professionelle Beratung oder Behandlung durch ausgebildete und anerkannte Ärzte angesehen werden. Der Inhalt der Selbsttests kann und darf nicht verwendet werden, um eigenständig Diagnosen zu stellen oder Behandlungen anzufangen. Vielmehr verstehen sich die Inhalte dieser Selbsttests ausschließlich zu Informationszwecken. Durch die Nutzung dieser Selbsttests kommt insoweit auch kein Vertragsverhältnis, insbesondere auch kein Beratungsvertrag zwischen Ihnen und copd-ratgeber.de zustande. Die Ratschläge und Empfehlungen dieses Selbsttests wurden nach besten Wissen und Gewissen erarbeitet und sorgfältig geprüft. Dennoch kann keine Garantie übernommen werden. Eine Haftung des Autors, des copd-ratgeber.de, sowie seiner Beauftragten für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

**Venen** sind Blutgefäße, die das Blut zum Herzen führen. Bei einem erwachsenen Menschen transportieren sie jeden Tag etwa 7000 Liter Blut zum Herzen zurück. Dabei haben besonders die Beinvenen schwere Arbeit zu leisten, denn das Blut muss gegen die Schwerkraft zum Herzen befördert werden.

**Besenreiser** sind erweiterte Venen in der obersten Hautschicht, die veranlagungsbedingt oder als Folge einer chronischen Venenstauung auftreten. Sie sind hellrot, wenn sie sehr fein sind und blau-rot, wenn sie größer werden.

**Krampfadern** sind erweiterte, geschlängelte Venen, deren Ventilkappen nicht mehr funktionsfähig sind. Oberflächliche Krampfadern sind gut sichtbar oder tastbar und schlängeln sich im Unterhautfettgewebe (zumeist) am Bein entlang.

Unter einer **Phlebitis** versteht man eine Venenentzündung. Das Gefäß und die Umgebung schmerzen, sind gerötet, geschwollen und überwärmt. Bei oberflächlichen Venen ist die Diagnose leicht zu stellen.

Unter einer **Thrombose** versteht man die Verstopfung einer Vene durch ein Blutgerinnsel, das sich in den Venen bildet und an den Venenwänden festsetzt. Gefährlich werden diese Blutgerinnsel dann, wenn sie sich ablösen und in die Lunge geschwemmt werden. Dort führen sie dann durch einen Verschluss einer Lungenarterie zu einer Lungenembolie.

Selbsttest Venen	Ja	Nein
Kommen in Ihrer Familie Venenerkrankungen vor?		
Haben Sie abends oder nach längerem Stehen, müde und/oder schwere Beine?		
Sind Sie übergewichtig und älter als 40 Jahre alt?		
Müssen Sie berufsbedingt lange stehen oder viel sitzen?		
Nehmen Sie Hormonpräparate ein, oder sind Sie schwanger?		
Tragen Sie oft hochhackige Schuhe, oder einengende Kleidung?		
Sind Ihre Beine abends geschwollen?		
Haben Ihre Beine einen unterschiedlichen Umfang?		
Leiden Sie unter Fuß- oder Wadenkrämpfen?		
Hatten Sie schon einmal eine Venenentzündung an den Beinen?		
Haben Sie Krampfadern oder Besenreißer?		
Haben Sie beim Auftreten Schmerzen in den Füßen oder Beinen?		
Leiden Sie zeitweise unter Juckreiz an den Knöcheln oder Unterschenkeln?		
Hat sich die Haut an den Knöcheln oder Unterschenkeln verändert?		

**Bewertung Selbsttest Venen:** Beim Gesunden lassen die in allen Venen des Beins vorhandenen Venenklappen das Blut herzwärts fließen. Wenn Sie nur zweimal mit Ja antworten, ist der Zustand Ihrer Gefäßwände noch in Ordnung. Bei drei- bis fünfmal Ja sind die Venenwände bereits schwach und porös. Beim Venenkranken schließen die Venenklappen nicht mehr dicht, es kommt zu einem Rückfluss von verbrauchtem Blut in die Beine hinein. Das verbrauchte Blut ist mit Stoffwechselendprodukten beladen und staut sich in den Beinen. Es besteht die Gefahr von Krampfadern oder Blut- und Wasseraustritten in angrenzendes Gewebe. Wenn Sie sechsmal oder öfter mit Ja antworten, ist der Bindegewebsstoffwechsel Ihrer Venen nicht mehr intakt. Die Folge: Durchblutungsstörungen und Verdickungen durch körpereigene Blutgerinnungstoffe und Ablagerungen von Fett und Cholesterin. Ihre Venen brauchen jetzt vor allem Bioflavonoide. Das sind pflanzliche Schutzstoffe, die die Wirkung von Vitamin C beim Neuaufbau von Gefäßkollagen vervielfachen. Fragen Sie uns.