



Rosskastanie gegen Venenwanddefekte

Schon junge Frauen kennen das Problem. Abends schmerzen die Beine und sind geschwollen. Hinter den als Überlastungssyndrom interpretierten Beschwerden steckt häufig ein ernstes Problem: **chronische Venenschwäche**.

Zu den frühen Anzeichen einer Venenerkrankung zählen Spannungs- und Schweregefühl in den Beinen. Da geraten die neuen High Heels schnell in den Verdacht, Ursache der Beschwerden zu sein. Doch neben erblicher Veranlagung, wie ein schwaches Bindegewebe, gehört

Bewegungsmangel mit langem Stehen oder Sitzen zu den bestimmenden Faktoren einer Venenerkrankung. Für alle Formen gilt unabhängig von der jeweiligen Ursache: Der Druck in den Venen steigt kontinuierlich an und führt zu Gefäßveränderungen bis hin zu Venenklappen-defekten.

Erhöhter Venendruck Durch den Rückstau des Blutes kommt es auf Dauer zu Aussackungen im venösen System, die sich zum Beispiel in Krampfadern äußern können, aber auch die Entstehung von Thrombosen fördern. Durch die veränderten Druckverhältnisse werden verstärkt lysosomale Enzyme freigesetzt. Norma-



lerweise sind diese Teil der körpereigenen Abwehr und für den Abbau schädlicher Substanzen zuständig. Im Übereifer greifen sie das Gefäßendothel im venösen System an und bauen Kollagen ab. Infolgedessen werden die Gefäßwände durchlässiger, sodass Flüssigkeit und Proteine in das umgebende Interstitium gelangen können. Die geschilderten Prozesse können chronifizieren und zu einem Umbau der Gefäßwände führen. Eine Folge ist die vermehrte Ödembildung in den Beinen, die als Schwellungen sichtbar wird. Und nun beginnt ein Teufelskreis.

Charakteristische Symptome einer Venenerkrankung

Im weiteren Krankheitsverlauf dehnen sich die Venen immer mehr aus, wodurch die Venenklappen nicht mehr komplett schließen. Es kommt zu einer CVI – zur Chronischen Veneninsuffizienz. Dann hilft auch die Wadenmuskelpumpe nicht mehr, Blut aus den Beinen zurück zum Herzen zu pumpen. Das Blut sackt

in der Diastole des Herzens immer wieder zurück. Die CVI wird in drei Stadien unterteilt: Im ersten Stadium bilden sich reversible Ödeme. Die Hautvenen an den Fußrändern verfärben sich dunkelblau und es können sich feine Besenreiser bilden. Im zweiten Stadium sind die Ödeme bereits persistierend. Hinzu kommen flächige, zyanotische Hautverfärbungen, Verhärtungen und bindegewebeartige Umwandlungen von Haut und Unterhautfettgewebe sowie schmerzhaftes Missempfindungen. Stadium drei zeichnet sich schließlich durch das Absterben von Gewebearealen aus, in dessen Folge sich ein Ulcus cruris venosum, ein Unterschenkelgeschwür, entwickeln kann.

Natürlich starker Venenschutz

Schon beim Auftreten erster CVI-Symptome ist eine selbstmedikative Therapie mit dem Phytopharmakon Venostasin® retard sinn- und wirkungsvoll. Der enthaltene Rosskastaniensamentrockenextrakt (RKSE)

hemmt inflammatorische Prozesse im Gefäßendothel, reduziert Entzündungszeichen und stabilisiert die Venenwand. Hinsichtlich seiner ödemreduzierenden Effekte ist seine Wirkung mit der einer Kompressionstherapie vergleichbar. Allerdings ist die Compliance signifikant höher, da die Einnahme des Medikaments deutlich angenehmer ist als das tägliche Tragen von Kompressionsstrümpfen, insbesondere in den Sommermonaten.

Erwiesene klinische Wirksamkeit

Venostasin® retard hat sich als pflanzliches Arzneimittel über Jahre hinweg bewährt. Die Wirkstoffkombination aus β -Aescin und verschiedenen Flavonoiden sowie Gerbstoffen wirkt **ödemprotektiv** und **antiinflammatorisch**. Sie **hemmt lysosomale Enzyme**, die für Abbauprozesse der Venenwand verantwortlich sind. Sie **stabilisiert dadurch das venöse Gefäßendothel** und verhindert, dass Flüssigkeit ►

WISSENS-CHECK VENENSCHWÄCHE

► ins umliegende Gewebe austritt. Mehrere klinische Studien haben die Wirksamkeit des Präparats nachgewiesen. Im unmittelbaren Vergleich mit einer Kompressionsbehandlung konnte in einer randomisierten, teilverblindeten und placebokontrollierten Studie von Diehm et. al. gezeigt werden, dass Venostasin retard® nach einer dreimonatigen Anwendung das Unterschenkelvolumen von CVI-Patienten signifikant verringerte. Im Vergleich zur Kompressionstherapie zeigt der Wirkstoff von Venostasin® retard nach 12 Wochen eine gleichwertige Ödemreduktion wie die Kompressionsbehandlung

ten mit Flüssigkeit ein. Schwellungen und Schmerzen in den Beinen gehen häufig schon nach circa zehn Tagen der Anwendung merklich zurück und die Beine können wieder „aufatmen“.

Dreiklang der aktiven Venenpflege I. Bewegung

Wer beruflich lange steht oder sitzt, sollte regelmäßige Bewegungsintervalle einschieben: Ein kurzer Spaziergang oder auch Treppensteigen können einiges bewirken. Einfache Übungen zur Venengymnastik (wie man sie von Flugreisen kennt) sind sehr empfehlenswert: Fußkreisen und -strecken oder wiederholte Wippbewegungen der Beine.

EIN FALL FÜR VENOSTASIN® RETARD

Dauerhaftes Stehen, langes Sitzen und auch sommerliche Wärme führen zu einer Verstärkung der Beschwerden im Tagesverlauf. Rund ein Viertel der Bundesbürger ist von chronisch venöser Insuffizienz (CVI) betroffen, Frauen häufiger als Männer. Nur etwa zwei Millionen Betroffene sind in adäquater Behandlung. Aber: Alle Patienten können potenziell von der Einnahme von Venostasin® retard profitieren. Rosskastaniensamentrockenextrakt (RKSE) wirkt Venenwanddefekten und damit den ersten Auslösern und Ursachen von Besenreisern, Krampfadern und CVI entgegen.

Auch in der Langzeittherapie gut verträglich Chronische Venenerkrankungen bedürfen immer einer Langzeittherapie, für die sich Rosskastaniensamentrockenextrakt nach Absprache mit dem Arzt aufgrund seines guten Wirk- und geringen Nebenwirkungsprofils besonders eignet. Die Reduzierung von Magenreizungen durch die Retardierung der enthaltenen Saponine sorgt für eine gute Verträglichkeit. Am besten nehmen Betroffene zweimal täglich eine Retardkapsel unzerkaut vor den Mahlzeiten

II. Entlastung

Um die Venen zu entlasten, ist es wichtig, die Beine regelmäßig hochzulegen. Das Gefühl „schwerer Beine“ klingt dann meist schnell ab. Wichtig: Aus Sicht der Venengesundheit ist das Übereinanderschlagen der Beine nicht empfehlenswert. Die Venen werden regelrecht abgequetscht, der Blutfluss behindert. Für manche ein schwieriger Schritt zur Verbesserung der Venengesundheit: Weniger High Heels, mehr flache Schuhe!

ERSTE MÖGLICHE ANZEICHEN FÜR EINE VENENERKRANKUNG

- + Spannungsgefühle
- + Juckreiz
- + Schwellungen
- + Schweregefühl in den Beinen
- + nächtliche Wadenkrämpfe

III. Ernährung

Reichliche Flüssigkeitsaufnahme unterstützt die Venenfunktion ebenso wie der Verzicht auf Alkohol (der die Gefäße erweitert) und Nikotin (das den Gefäßen schadet). Ausgewogene Ernährung ist auch eine Investition in die Venengesundheit, denn Übergewicht belastet die Gefäße und „schwere Beine“ können die Folge sein. ■

Martina Görz,
PTA und Fachjournalistin

Quellen:

- Rabe E. et al.: Bonner Venenstudie der Deutschen Gesellschaft für Phlebologie – Epidemiologische Untersuchung zur Frage der Häufigkeit und Ausprägung von chronischen Venenkrankheiten in der städtischen und ländlichen Wohnbevölkerung.
- M.J. Leach, J. Pincombe, G.W. Foster: Clinical efficacy of horsechestnut seed extract in the treatment of venous ulceration, Journal of Wound Care, Vol. 15, Iss. 4, 01 Apr 2006, S. 159 – 167.
- Pittler, M. H., Ernst, E., Horse chestnut seed extract for chronic venous insufficiency. Cochrane Library 4 (2002).
- Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Phlebologie: Diagnose und Therapie der Chronischen Venösen Insuffizienz (CVI). AWMF-Leitlinien-Register Nr. 037/011 (Stand: Mai 2007).
- Online-Portal der Deutschen Venenliga e.V.: www.venenliga.de (Abrufdatum: 12.08.2014).
- Nees, S., et al., Neue Aspekte zur Pathogenese und Therapie chronisch peripherer Venenleiden. Fortschr. Fortb. Medizin. Bd. 24, Sonderdruck (2000/2001) 3-20.
- Gerdemann, Andrea: Von Besenreisern und Varizen. In: Pharmazeutische Zeitung, Ausgabe 46/2011.
- Meyer, Ernst-Albert: Phytoterapie als Alternative zur Kompression. In: pharmazeutische Zeitung, Ausgabe 04/2009.
- Diehm et al., Comparison of leg compression stocking and oral horse-chestnut seed extract therapy in patients with chronic venous insufficiency. Lancet.347 (1996):292-4.

Venostasin® retard: Wirkstoff: Rosskastaniensamen-Trockenextrakt. **Zusammensetzung:** 1 Hartkapsel, retardiert, enthält 240-290 mg Trockenextrakt aus Rosskastaniensamen (4,5-5,5:1), entsprechend 50 mg Triterpenglykoside, berechnet als wasserfreies Aescin; Auszugsmittel Ethanol 50 % (v/v). Sonstige Bestandteile: Dextrin, Copovidon, Gelatine, Talkum, Ammoniummethacrylat-Copolymer (Typ A und Typ B), Triethylcitrat, Natriumdodecylsulfat, Titan-dioxid, Eisen(II,III)-oxid, Indigocarmin, Chinolingelb, Eisen(III)-oxid, Eisen(III)-hydroxid-oxid x H₂O. **Anwendungsgebiete:** Pflanzliches Arzneimittel zur Behandlung von Beschwerden bei Erkrankungen der Beinvenen (chronische Veneninsuffizienz) bei Erwachsenen, z. B. Schmerzen und Schweregefühl in den Beinen, nächtliche Wadenkrämpfe, Juckreiz und Ödeme. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen einen der Bestandteile. **Nebenwirkungen:** Gelegentlich Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Magen- und Darmschmerzen (Schleimhautreizungen), Schwindel und Kopfschmerzen. Selten Überempfindlichkeitsreaktionen der Haut (Juckreiz, Hautausschlag). Sehr selten schwerwiegende allergische Reaktionen (z. T. mit Blutungen), gynäkologische Zwischenblutungen, Tachykardie, Hypertonie. Klinge Pharma GmbH



WISSENSCHECK

Mitmachen und gewinnen!

Lesen Sie den Artikel ab Seite 118, beantworten Sie alle Fragen und schicken Sie die Antworten per Post, Fax oder E-Mail an:

DIE PTA IN DER APOTHEKE
Stichwort: »Venenschwäche«
Postfach 57 09
65047 Wiesbaden
Fax: 06 11/5 85 89-269
E-Mail: gewinnspiel@diepta.de

Einsendeschluss ist der
31. Mai 2017.

Bitte Adresse der
Apotheke angeben!

Teilnahmeberechtigt sind nur Angehörige der Heilberufe sowie Apothekenpersonal. Die Verlosung erfolgt unter Ausschluss des Rechtsweges. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung des Gewinnes ist nicht möglich. Pro Person wird nur eine Einsendung berücksichtigt. Mitarbeiter der Klinge Pharma GmbH sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erkläre ich mich einverstanden, dass meine Adresse zum Zwecke des Gewinnversands an die Klinge Pharma GmbH weitergegeben wird.

GEWINNSPIEL Venenschwäche

Gewinnen Sie mit Venostasin® retard!
Testen Sie Ihr Fachwissen und gewinnen Sie!

1. Notieren Sie bitte klassische Anzeichen für eine mögliche Venenerkrankung!

- A** Spannungen, Schwellungen und Schweregefühl in den Beinen.
- B** Kältegefühl in den Beinen.
- C** Vermehrung von Fettgewebe.

2. Wofür steht die Abkürzung CVI? Was ist damit landläufig gemeint?

- A** Chronisch Venöse Infektion.
- B** Chronisch Venöse Insuffizienz.
- C** Cardio Vaskuläre Insuffizienz.

3. Wie würden Sie die Wirkung von Rosskastaniensamenextrakt (RKSE) in wenigen Worten beschreiben?

- A** Hemmung lysosomaler Enzyme & Stärkung der Gefäßwand.
- B** Stärkung des Blutdruckes.
- C** Förderung der Durchblutung durch Blutverdünnung.

4. Welche Tipps können Sie Ihren Kunden für einen venengesunden Alltag an die Hand geben:

- A** Ausreichende Bewegung, Entlastung der Beine und eine gesunde Ernährung.
- B** Einnahme von Blutverdünner und Magnesium.
- C** Regelmäßige Fangopackungen.

Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erkläre ich mich einverstanden, dass meine Antwort und Adresse elektronisch erfasst und gespeichert wird. Auftraggeber und Verlag erhalten die Erlaubnis, die Daten zur Gewinnabwicklung zu nutzen. Eine Weitergabe der Daten an Dritte erfolgt nicht, sofern dies nicht in unmittelbarem Zusammenhang mit den vorgenannten Maßnahmen geschieht. Mein Einverständnis kann ich jederzeit widerrufen.

Das können Sie gewinnen:

1. bis 10. Preis:

Prinzessinnenmüsli von MyMüsli

Mit leckeren Himbeeren, Erdbeerstückchen und Cranberries, umhüllt von weißer Schokolade, wird dieses Müsli zum Traum.

