

KŘEČOVÉ ŽÍLY (Varixy)

CHARAKTERISTIKA ONEMOCNĚNÍ

Křečové žíly jsou rozšířené kličkovité, prodloužené, vinuté žíly se ztenčenou stěnou, obvykle s narušenými chlopněmi. Nejčastěji jde o povrchové žíly dolních končetin. V počátečních stádiích křečové žíly prosvítají pod kůží, ale jsou bez uzlů. V dalších fázích se žíly krouží a brání tak průtoku krve. Prvními známkami žilních změn mohou být unavené, ztěžklé a oteklé nohy ve večerní době, pocity napětí lýtek, svědění, brnění, pálení nebo bodání v nohách. U žen se obvykle příznaky zhoršují při menstruaci.

Žíly, na kterých se vytvářejí varixy, postupně ztrácejí svoji pružnost. Tím, že se krouží, brání normálnímu proudění krve. Vlivem zvýšeného tlaku, který je důsledkem nedokonalého a pomalého transportu krve v žilách, se žilní stěny roztahují a žilní chlopně se nemohou uzavírat. Při narušených chlopních se krev vrací zpět a dochází k městnání krve v žilách dolních končetin.

Při křečových žilách může docházet ke značným komplikacím, trombóze, zánětům, až po rupturu křečové žíly a bérkové vředy. V dlouhodobě oteklých dolních končetinách se totiž snižuje buněčný metabolismus, vracející se krev roztahuje nejmenší kapiláry a vede k nahromadění tekutin a později i barviva červených krvinek ve tkáních.

Na zhoršování nálezu se podílí mnoho faktorů. Hlavním je vrozená dispozice. Zhoršování způsobují zejména ženské hormony a těhotenství, proto také trpí křečovými žilami 3krát více ženy. Z množství dalších faktorů, které mají vliv na křečové žíly, jsou např. vlastnosti krve, zejména vrozená dispozice k zvýšené srážlivosti krve, trombóze. Onemocnění dále souvisí s vysokým krevním tlakem, zhoršuje jej obezita, dlouhé stání, zácpa, nedostatek vitamínu C a vlákniny, užívání hormonální antikoncepce.

LÉČBA A PREVENCE

Léčba křečových žil je zvolena podle závažnosti onemocnění. Klasicky se křečové žíly léčí kompresními punčochami, které mírní bolesti a brání dalšímu roztahování žil. Na malé žíly lze použít sklerotizační injekce. Princip sklerotizace spočívá v napuštění varixu látkou, která zničí cévní výstelku žíly a vyvolá umělý zánět a trombózu v žile. Takto ošetřená žíla se po několika týdnech vstřebá.

Další, avšak krajní možností je operativní odstranění žíly. Mezi indikace chirurgické léčby patří bolest, kožní změny či kosmetické důvody. Po chirurgickém odstranění varixů i po sklerotizaci se však mohou tvořit varixy nové. Žilní varixy nejsou léčitelné. Léčba je zaměřena na zmírnění obtíží a zlepšení vzhledu. Onemocnění se však bude vracet, neodstraní-li se jeho příčina. Zlepšení stavu lze dosáhnout úpravou stravy, a to zejména jejím obohacením o vlákninu, vitamín C. Dále je třeba dodržovat dostatečný pitný režim, omezit sacharidy a konzervované potraviny, vyhnout se smaženým jídlům, soli, alkoholu a tabáku. Doporučujeme zařadit cviky na prokrvení nohou



(chůze, plavání, jízda na kole, ve volných chvílích procvičovat nohy – krouživé pohyby v kotníku, zvedání špiček), v době odpočinku položit nohy do vodorovné, nejlépe zvýšené polohy, nosit neškrtnuté oblečení a pohodlnou obuv. K lepšímu prokrvení nohou přispěje sprchování střídavě studenou a teplou vodou. Doporučuje se vyhnout se vysokým teplotám (sauna, příliš teplé koupele). Lepšího prokrvení a účinnější látkové výměny je možné dosáhnout pravidelnou biostimulací postižených oblastí.

DOPORUČENÍ:

- úprava stravy – obohatit o vlákninu, vitamin C (ovoce, zelenina, celozrnné výrobky)
- omezit sacharidy, konzervované potraviny, smažená jídla, alkohol, tabák
- nadbytečně nesolit
- dbát na pitný režim
- provádět pravidelně biostimulaci
- provádět cviky na prokrvení nohou
- nohy co nejčastěji pokládat do zvýšené vodorovné polohy
- volit vhodný pohyb – chůze, plavání, jízda na kole nosit neškrtkivé oblečení, vhodnou obuv (ne vysoké podpatky)
- vyhnout se příliš vysokým teplotám
- neužívat hormonální antikoncepci

Při podezření na možné projevy odpovídající výše popsaným obtížím je nutné vyhledat odborného lékaře a řídit se jeho pokyny. V případě již probíhajícího onemocnění je vždy třeba dodržovat pravidelné kontroly u lékaře a jím stanovený léčebný režim.

LÉČBA BIOSTIMULEM

Lepšího prokrvení nohou a větší pevnosti a pružnosti cév je možné docílit pomocí světelné léčebné terapie. Biostimulace působí již na tzv. subbuněčné úrovni. Urychluje tak syntézu kolagenu, který je nezbytný pro pevnost a pružnost cév a chlopní. Velký význam má i to, že světelná terapie přispívá ke zrychlení látkové výměny, která je právě ve varixech zpomalena, napomáhá proudění krve a brání tak jejímu městnání v žilách. Aplikace Biostimulem se provádí 2 - 3x denně po dobu 10 minut na postiženou oblast, ze vzdálenosti 1 - 2 cm. Je vhodné prvních 10 aplikací používat pouze kontinuální režim, poté je možné přejít na režim pulzní. Při aplikaci by měla být končetina ve vodorovné poloze. Začíná se pomalým krouživým pohybem směrem odzdola nahoru, od kotníku ke kolenu, od kolene k tříslům. Aplikace se ukončuje v oblasti třísla, kde se nechá přístroj 5 minut působit. Po aplikaci je vhodné nanést přípravek BioGel (speciální gel se širokospektrálním účinkem s vyváženým bylinným komplexem a směsí přírodních silic).

Aplikační tabulka

oblast	délka aplikace	počet aplikací	způsob	doplňky
postižená oblast	10 min.	2 - 3 denně	od kotníků ke kolenům, od kolen k tříslům	BioGel

Aplikační tabulka akupunkturních oblastí

číslo akupunkturní oblasti dle příručky	délka aplikace
18, 21, 22, 23, 24	10 min.

Aplikaci doporučujeme provádět alespoň na dvě z uvedených oblastí.

PROGNÓZA A MOŽNÉ KOMPLIKACE

Nesprávná je domněnka, že křečové žíly jsou jen kosmetickým problémem. Zanedbání doporučených rad a neléčené křečové žíly se mohou stát závažným zdravotním problémem doprovázeným mnoha komplikacemi. Patří mezi ně zánět žíly a jejího okolí, ruptura křečové žíly, chronická žilní nedostatečnost, jež se projevuje otoky, kožními změnami a bolestí. Závažnou komplikací je žilní trombóza. Je to stav, kdy se objeví v žile vlivem zvýšené srážlivosti, která je způsobena sníženou průchodností a zpomalením toku krve v křečových žilách, krevní sraženina.

Sraženina se může dostat přes srdce až do plic a vyvolat plicní embolii, ta se v lehčích případech projevuje dušností a bolestí na hrudi, ale může způsobit i náhlou smrt. Při poranění křečové žíly často dochází ke vzniku bércového vředu. Se vznikem bércových vředů nastávají další nebezpečné komplikace, a to nebezpečí průniku infekce do celého organismu ohrožující končetinu (nebezpečí amputace) i život jedince. Již v počátečních stádiích výskytu křečových žil je proto nezbytné tomuto onemocnění věnovat zvýšenou pozornost.

ZKUŠENOSTI

„Mám velké problémy s křečovými žilami. Od okamžiku, co jsem si koupila Biostimul, každý večer nasvěcuji Biostimulem akupunkturní oblasti: levá ruka – malíček z vnější strany, levá noha – druhý kloub palce z vnější strany. Po namáhavé práci ustupuje bolest nohou, křeče (hlavně úleva večer), žíly se pomalu zatahují.“

paní Anežka, 67 let

„Křečové žíly máme v rodině. Nevyhnuly se ani mně. Občas mívám v noci prudké křeče do nohou. Po dni, kdy hodně chodím nebo stojím, jsou nohy bolavé, unavené až oteklé. Kamarádka mi půjčila Biostimul, abych ho na křečové žíly vyzkoušela. Je úleva dát si večer nohy nahoru a svítit na unavená lýtka. Po několika týdnech cítím, jak ustupují bolesti i únava, křeče zmizely.“

paní Irena, 45 let

KAZUISTIKA

Paní Petra, 51 let, od 30ti let trpí křečovými žilami, jde z velké míry o dědičnou dispozici. Paní Petra vždy hodně sportovala, avšak nosila těžká břemena. V posledních letech začínají žíly více vystupovat a kroutit se, nohy bolí. Od lékaře doporučeny kompresní punčochy. Obává se dalších možných komplikací.



Před léčbou Biostimulem

Vystupující a kličkovitá žíla na vnitřní straně lýtka. Bolesti lýtka.



Po aplikaci Biostimulu

Aplikace Biostimulu na oblasti křečových žil jejich stav bezprostředně nezvrátí. Avšak pravidelné aplikace zlepšují cirkulaci krve v dané oblasti a tím výživu okolní tkáně, což je důležitá prevence proti vzniku obtíží, které s výskytem křečových žil souvisejí. Poskytuje nohám úlevu od bolesti a křečí.

KOMENTÁŘ

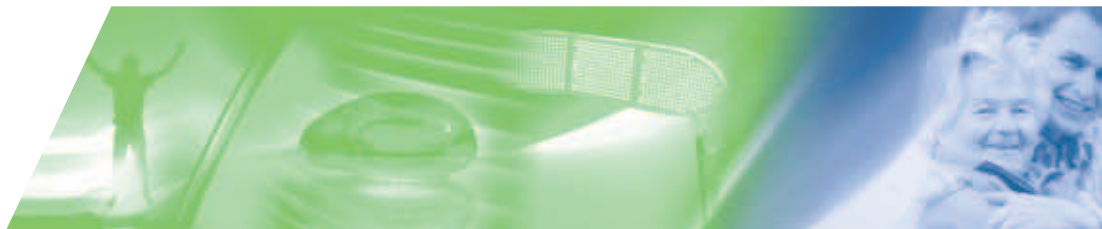
Při léčbě křečových žil je třeba obrnit se trpělivostí. Při léčbě Biostimulem se zaměřujeme na zlepšení látkové výměny, neboť v křečových žilách je zpomalen tok krve, a tím dochází k horšímu zásobení v těchto oblastech.

Je vhodné provádět aplikace jednak na akupunkturní oblasti, jednak na žíly samotné, a to směrem ze zdola vzhůru.

Po pravidelných aplikacích ustoupí bolest i otoky a dojde k lepšímu prokrvení končetin, což je důležitým předpokladem pro zabránění vzniku následných obtíží, které se v pozdějších stádiích často objevují. Jde o bérkové vředy nebo nebezpečné trombózy. Jakákoli poranění křečové žíly se mohou stát velmi nebezpečnými, proto je třeba křečové žíly svědomitě a pravidelně léčit.

ZDROJE:

- <http://www.biotherapy.cz>
- <http://nemoci.doktorka.cz/krecove-zily/>
- <http://www.ordinace.cz/centrum/krecove-zily/>
- <http://www.krecovezily.com/zily.htm>
- Berkow, R., ed. (1992). The Merck Manual. Kompendium klinické medicíny. USA, Merck.
- Capko J., (1998). Základy fyziotrické léčby. Praha, Grada.
- Navrátil L., ed., (2000). Moderní fototerapie a laseroterapie. Praha, MANUS.
- Navrátil L., Dylevský I., (2001). Fototerapie – metodická příručka pro lékaře. Praha, MANUS.
- Javůrek J., (1995). Fototerapie biolaserem – léčebná metoda budoucnosti. Praha, Grada Publishing.
- Anderson, S., Carati, C., et al. (2002). Low Level Laser Therapy (LLLT) as a Treatment for Postmastectomy Lymphoedema. Tokyo Japan, WALT.



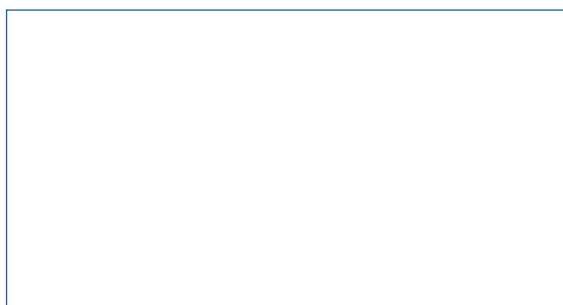
Nadační fond Biotherapy

Výzkum a vývoj systému Biostimul, jeho používání v nemocnicích, sociálních ústavech, domovech důchodců a dalších institucích podporuje Nadační fond Biotherapy. Nadační fond Biotherapy se dále podílí na celé řadě výzkumných projektů v oblasti zdraví, poskytuje podporu státním i nestátním organizacím působícím v oblasti zdravotnictví i sociálních služeb. Poskytuje také individuální podporu nemocným a sociálně potřebným osobám na individuální zdravotní pomůcky.

Více informací o Nadačním fondu Biotherapy se dozvíte na webové adrese: www.biotherapy-foundation.org nebo na adrese: **Nadační fond Biotherapy, Paříkova 5, 190 Praha 9.**

Nadační fond Biotherapy můžete také požádat o individuální finanční podporu při koupi zařízení Biostimul!

Kontakt na odborného poradce Biotherapy:



Biotherapy
Paříkova 5, 190 00 Praha 9
e-mail: info@biotherapy.eu