Venenfit

NATURHEILVERFAHREN UND VENENMITTEL

DEUTSCHE VENEN-LIGA e.V.

PRAXISTIPPS zum Sammeln

Seit vielen Jahrhunderten hat die Naturheilkunde in der Medizin ihren festen Platz – auch in der modernen Venenbehandlung.

Es gibt verschiedene Therapieformen, die eine phlebologische Basisbehandlung ergänzen können. Wann welche Behandlungsmethode – die Venenheilkunde und die Naturheilkunde – eingesetzt werden können, entscheidet der Venenspezialist (Phlebologe). Die Anzeichen einer Venenerkrankung kommen schleichend. Manchmal ist es ein ziehender Schmerz, die Waden werden heiß und schwellen an oder verfärben sich bläulich. Dies deutet auf einen Stau in den Venen hin, der bis zur Thrombose führen kann.

Zur Unterstützung der Heilung können, je nach Befund, naturheilkundliche Therapien eingesetzt werden. Sie stärken die Venen von innen und fördern die Durchblutung.

CINDY BERGER (Cindy & Bert)
Schirmherrin der Deutschen Venen-Liga e.V.

DEUTSCHE VENEN-LIGA e.V.

www.venenliga.de

Gebührenfreie Venen-Hotline: 0800 4443335

Venen fit Naturheilverfahr

BEWÄHRTE VENENMITTEL Venen fit

Welche Pflanzen helfen den kranken Venen?

Phytotherapie ist die Behandlung mit Arzneimitteln, die ausschließlich aus Pflanzen, Pflanzenteilen oder Pflanzeninhaltsstoffen besteht. Diese Therapie hat ihren Ursprung in der Kräutermedizin der frühen Jahrhunderte. Eine der bekanntesten Phytotherapeutika ist die Rosskastanie. Ihre Wirkstoffe stabilisieren das Venengerüst, wirken zusammenziehend, entzündungshemmend, durchblutungsfördernd, gewebeentwässernd und schwellungshemmend. Aber auch Buchweizen, Steinklee-Extrakte, Mäusedorn, Kuhschelle und die virginische Zaubernuss können die Gefäße gegen Wasseraustritt abdichten.

Wie gelangen die heilenden Wirkstoffe der Pflanzen in die Venen?

Die Präparate gibt es als Kapseln oder Dragees, in Salben, als Tee und als Tinktur. Jedoch sollte man etwas Geduld haben. Die Phytotherapeutika entfalten Ihre Wirkung erst nach längerer Einnahme. Der Extrakt aus Rotem Weinlaub greift bereits in die Entzündungsentstehung ein, indem er die Mikrozirkulation fördert, die Entzündung hemmt, die Gefäßwände stützt, die Venen abdichtet, die Schwellung vermindert und den Schmerz lindert. Die Bildung von Ödemen kann so gemindert werden.

BIOLOGISCHE KOCHSALZVERÖDUNG

Die biologische Verödung von Krampfadern nach Prof. Dr. Linser ist eine **sehr sanfte ambulante Behandlung von Krampfadern**, die nach gründlicher Voruntersuchung nur wenige Minuten dauert. Bei dieser Methode wird eine sterile Kochsalzlösung über eine Kanüle in die Krampfader verabreicht. Durch die gewollte Endothelschädigung (Endothel = Auskleidung der Gefäße) kommt es zum Verkleben der Gefäßwände. Bitte beachten Sie, dass auch diese Methode nur bei entsprechendem Befund angewandt werden kann.

BLUTEGEL – DIE SANFTEN SAUGER

Der Blutegel (Hirudo medicinalis officinalis) wird schon seit Jahrtausenden zu therapeutischen Zwecken verwendet. Der Blutverlust durch das Saugen der Blutegel und die verlängerte Nachblutung entsprechen einem sehr sanften und langsamen Aderlass, mit Abnahme der Blutkörperchen, Eiweißverlust und lokaler Entstauung. Der Blutverlust wird durch Flüssigkeit ersetzt, wodurch es zu einer deutlichen Blutverdünnung und damit zu einer Verbesserung der Fließeigenschaft des Blutes in den Endstrombahnen kommt. Dieser Effekt wird durch das vom Blutegel abgegebene Antikoagulanz (Hirudin) verstärkt. Der Blutegelspeichel enthält außerdem Histamin, das gefäßerweiternd und blutdrucksenkend wirkt sowie weitere Stoffe mit entkrampfenden und entzündungshemmenden Eigenschaften.

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Die chinesischen Heilverfahren bekommen auch in unseren Breitengraden einen immer höher werdenden Stellenwert. Denn ihre Heilungsmethoden gelten nicht nur als sanft, sie beteiligen den Patienten auch stärker am Genesungsprozess. Das Herzstück der TCM ist die Arzneimitteltherapie, die auf der Kombination von Heilkräutern, tierischen Substanzen und Mineralien beruht. Der Körper wird als Ganzes gesehen, in dem alle Körperteile, Organe und Organsysteme durch Energiebahnen, die Meridiane, verbunden sind, durch die das Qi frei fließen kann. Ist dieser Fluss gestört, macht sich dies je nach Art der Störung in Symptomen und Krankheiten bemerkbar.

Die Kneipp-Therapie

Sebastian Kneipp hat ein ganzheitliches Therapiekonzept entwickelt, dass nahezu alle Grundlagen der Naturheilkunde umfasst. Bei einer Kneipp-Kur werden systematisch Wärme und Kälte eingesetzt. Ebenso Licht, Luft und Wasser. Neben Bewegung, Entspannung und einer natürlichen Ernährung spielt auch eine strenge Lebensordnung eine besondere Rolle. Die Kneipp-Kur wird angewendet zur allgemeinen Gesunderhaltung und Abhärtung sowie auch zur Heilung von Krankheiten, insbesondere bei Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen sowie vegetativ-nervalen Funktionsstörungen u.v.m.

VORBEUGENDE MASSNAHMEN

Viel Bewegung, insbesondere Ausdauersportarten wie: und vieles mehr.

- **Walking**
- **Joggen**
- **Schwimmen**
- **Nordic-Walking**
- **Fahrrad fahren**
- **Skilanglauf**

Im Alltag:

- **Venen-Gymnastik am Arbeitsplatz**
- **Treppen steigen, statt den Lift zu benutzen**
- **Öfter vom Bürostuhl aufstehen und umherlaufen**
- **Venen-Gymnastik am Arbeitsplatz**
- **Lieber laufen und liegen als sitzen und stehen**
- **Gesunde Ernährung mit viel Obst und Gemüse**
- **Viel trinken, mind. 2 Liter am Tag**
- **Auf Gewicht achten**
- **Kneipp-Güsse**
- **Kompressionsstrümpfe tragen**

Jede fünfte Frau und jeder sechste Mann ist von Venenerkrankungen betroffen.

Oft ist eine Umstellung der privaten Lebensumstände nötig, um die Beschwerden zu lindern.

Dazu bieten sich Naturheilverfahren an, da sie sich mit geringem Aufwand in den Alltag integrieren lassen. Zusätzlich können die Betroffenen aktiv daran mitwirken, den Heilungsprozess zu beschleunigen und weiteren Erkrankungen vorzubeugen. Jede Venenerkrankung gehört in die Hand eines ärztlichen Spezialisten (Phlebologe).

» Spezialisierte Venenzentren bieten auch Naturheilverfahren für Venenerkrankungen als ambulante Angebote an.

Kontakt

Deutsche Venen-Liga e.V.
Hauptgeschäftsstelle
Sonnenstraße 6
56864 Bad Bertrich
info@venenliga.de

Deutsche Venen-Liga e.V.

Hauptgeschäftsstelle
56864 Bad Bertrich
Sonnenstraße 6
Tel: 02674 1448

Geschäftsstelle West
40721 Hilden
Hagelkreuzstraße 37
Tel: 02103 242691

Folgen Sie uns:
deutsche_venenliga_e.v
Deutsche Venen-Liga e.V.

Gebührenfreie Venen-Hotline: 0800 4443335
www.venenliga.de

Texte, Fotos und Gestaltung: www.comcept.tv, Deutsche Venen-Liga e.V.
Foto Cindy Berger: ©Premium Promotion