

Besenreiser: Ästhetisches Problem oder Gesundheitsrisiko?

Etwa 60 Prozent der Bevölkerung in Deutschland leidet unter Besenreisern, diesen feinen aber unschönen Venen, die rötlich oder bläulich durch die Haut schimmern. Sie gehören zur Gruppe der Krampfadern und werden meistens als unästhetisch empfunden. Doch sind sie auch gefährlich?

Seit 12 Jahren behandelt PD Dr. med. Benjamin Juntermanns, Facharzt für Gefäß- und Viszeralchirurgie, Phlebologe und Ärztlicher Leiter des Medizinischen Versorgungszentrums Krefeld von Helios Ambulant, Erkrankungen der Arterien und Venen. In diesem Interview informiert der Gefäßexperte, über Erscheinungsformen, Ursachen und Behandlungsmethoden von Besenreisern.

Was sind Besenreiser?

Direkt unter der Haut befindet sich ein Netzwerk aus feinen Venen, die sich ähnlich wie Äste eines Baumes verzweigen. Sind diese erweitert und scheinen als hellrote bis dunkelblaue netzartige Linien durch die Haut, spricht man von Besenreisern, auch Mini-Krampfadern genannt. Besonders häufig sind sie an den Beinen zu finden, dabei bevorzugt an den Oberschenkeln, an der Innenseite der Unterschenkel, in den Kniekehlen und an den Knöcheln. Auch rötliche Flecken können an den betroffenen Stellen auftreten.

Welche Ursachen haben Besenreiser?

Die Erweiterung der Venen tritt auf, wenn das Bindegewebe der Venenwand erschlafft und Aussackungen entstehen, die bereits mit dem bloßen Auge sichtbar sind. Die Wahrscheinlichkeit, Besenreiser zu entwickeln, steigt mit dem Alter, da die Elastizität der Hautvenen im Laufe des Lebens abnimmt. Da Frauen eher zu schwachem Bindegewebe neigen, sind sie eher betroffen als Männer. Ein erhöhtes Risiko besteht bei beruflichen Tätigkeiten, bei denen man viel steht oder sitzt, Alkoholkonsum, Rauchen, die Einnahme von Medikamenten gegen Bluthochdruck sowie hormonelle Veränderungen durch Schwangerschaft oder die Wechseljahre. Auch die Verwendung von Hormonpräparaten wie der Antibabypille kann venenerweiternd wirken und Besenreiser verursachen.

Wie werden Besenreiser festgestellt?

Aufgrund ihres charakteristischen Erscheinungsbildes sind die Aussackungen der Venen bereits mit bloßem Auge erkennbar. Der behandelnde Arzt kann nach einer kurzen körperlichen Untersuchung und Abfrage der Risikofaktoren eine sichere Diagnose stellen. Hierbei kann auch eine Ultraschalluntersuchung, die Duplex-Sonografie, durchgeführt werden, um das Venensystem in den Beinen sichtbar zu machen und festzustellen, ob eine Venenerkrankung vorliegt. Möchte man die Besenreiser entfernen lassen, ist eine Untersuchung mittels Sonografie obligatorisch.

Sind Besenreiser gefährlich?

Grundsätzlich sind Venenerweiterungen zwar ungefährlich, können jedoch ein Anzeichen für eine ernsthafte Venenerkrankung, wie die chronisch venöse Insuffizienz (CVI) sein, die häufig Ursache für Krampfadern und Besenreiser ist. Eine CVI tritt auf, wenn die Klappen, die normalerweise dabei helfen, das Blut zum Herzen zu transportieren, in den Venen beschädigt oder geschwächt sind. Wenn das Blut nicht effizient zurückfließen kann, staut es sich in den Beinen. Sollten Besenreiser auf eine Erkrankung der tieferen Venen hinweisen, ist es ratsam, diese Erkrankung zuerst zu behandeln.

Wie werden Besenreiser behandelt?

Tatsache ist: Besenreiser sind in der Regel harmlos. Eine Therapie ist nicht zwingend erforderlich. Sollen diese aber aus ästhetischen Gründen entfernt werden, stehen zwei sehr effektive ambulante Behandlungsmethoden zur Verfügung. Die am häufigsten angewandte Methode ist die Verödung (Sklerosierung), mit der auch tiefer liegende Besenreiser entfernt werden können. Hierbei wird mit einer sehr feinen Nadel ein verödenes Medikament in die erweiterten Blutgefäße injiziert, das sich ausbreitet und die innere Venenwand gezielt schädigt. Das führt zunächst zu einer Entzündungsreaktion, die eine Verengung der sklerosierten Vene zur Folge hat, durch die kein Blut mehr fließt und allmählich vom Körper abgebaut wird. In Einzelfällen kann es zu kleinen Blutergüssen um die Einstichstelle kommen, die aber schnell wieder abheilen. Nach der Behandlung ist es wichtig, ein bis zwei Tage lang Kompressionsstrümpfe zu tragen.

Eine alternative Methode ist die Lasertherapie, bei der die Besenreiser durch Hitze beseitigt werden. Das Blut wird durch das energiereiche Laserlicht so stark erhitzt, dass sich die Gefäße verkleben und verschließen. Diese Methode eignet sich für

besonders feine und kleine Besenreiser. Manchmal können Pigmentverfärbungen der Haut auftreten, die aber meistens von allein wieder verschwinden.

Die volle Wirksamkeit der jeweiligen Behandlungsform entfaltet sich nach einigen Tagen bis zwei Wochen. Zur Erzielung des Maximizeffektes können mehrere Behandlungen erforderlich sein. In den ersten Tagen nach jeder Behandlung sollten die Beine viel bewegt werden und auf Aktivitäten, die die Venen erweitern, wie Sonnenbäder oder Saunagänge verzichtet werden. Da es sich um einen kosmetischen Eingriff handelt, werden die Kosten für die Behandlung nicht von der Krankenkasse übernommen.

Was kann man selbst tun, um Besenreisern vorzubeugen?

Bleiben Sie in Bewegung, um die die Venenpumpe zu aktivieren. Insbesondere Personen, die aufgrund ihrer beruflichen Tätigkeit viel sitzen oder stehen, sollten regelmäßig kurze Bewegungspausen einlegen, damit das Blut nicht in die Beine sackt. Beim Sitzen die Beine nicht übereinanderschlagen, zwischendurch die Zehen auf und ab bewegen und wenn möglich die Beine hochlegen, damit das Blut wieder in Richtung Herz zurückfließen kann. Wechselduschen stimulieren die Durchblutung und stärken das Bindegewebe. Massagen und das Tragen von Kompressionsstrümpfen sind ebenfalls effektive Methoden, um einem venösen Blutstau mit Druckanstieg im Gewebe vorzubeugen und somit auch Besenreisern entgegenzuwirken.

Helios ist Europas führender privater Gesundheitsdienstleister mit 127.000 Mitarbeitenden. Zum Unternehmen gehören unter dem Dach der Holding Helios Health die Helios Gruppe in Deutschland sowie Quirónsalud in Spanien und Lateinamerika. Rund 26 Millionen Menschen entscheiden sich jährlich für eine medizinische Behandlung bei Helios. 2023 erzielte das Unternehmen einen Gesamtumsatz von mehr als 12 Milliarden Euro.

In Deutschland verfügt Helios über mehr als 80 Kliniken, rund 230 Medizinische Versorgungszentren (MVZ) mit etwa 600 kassenärztlichen Sitzen, sechs Präventionszentren und 27 arbeitsmedizinische Zentren. Jährlich werden in Deutschland rund 5,5 Millionen Menschen behandelt, davon mehr als 4 Millionen ambulant. Helios setzt seit seiner Gründung auf messbare, hohe medizinische Qualität sowie Transparenz der Daten und ist bei 88 Prozent der Qualitätsziele besser als der bundesweite Durchschnitt. In Deutschland beschäftigt Helios rund 78.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2023 einen Umsatz von rund 7,3 Milliarden Euro. Sitz der Unternehmenszentrale ist Berlin.

Quirónsalud betreibt 58 Kliniken, davon acht in Lateinamerika, über 100 ambulante Gesundheitszentren sowie rund 300 Einrichtungen für betriebliches Gesundheitsmanagement. Jährlich werden hier rund 20 Millionen Patient:innen behandelt, davon mehr als 19 Millionen ambulant. Quirónsalud beschäftigt 49.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2023 einen Umsatz von rund 4,8 Milliarden Euro.

Helios gehört zum Gesundheitskonzern Fresenius.

Pressekontakt:

Annette Kary

Referentin Unternehmenskommunikation & Marketing

Tel: +49 175 98 31 564

E-Mail: annette.kary@helios-gesundheit.de