



Liečba varixov bez hospitalizácie a narkózy

Kedy treba riešiť kŕčové žily? Keď vidíte prvé metličky, väčšie viditeľné varixy alebo až vtedy, keď sa objaví vred predkolenia?

TEXT: PAVEL IŠTOK FOTO: ISIFA/SHUTTERSTOCK

S viditeľnými zmenami na cievach sú často spojené prvé príznaky kŕčových žíl a chronického venózneho ochorenia. Spočiatku pociťujeme únavu, pocit ťažkých nôh a máme nepokojné nohy. Tieto príznaky ustúpia pri pohybe či vtedy, keď si nohy vyložíme hore. V ranom štádiu sa v noci objavujú kŕče v nohách a lýtkach. Ak vám opúchajú chodidlá alebo máte ťažké nohy, vyhľadajte špecialistu na cievy, ktorý vás vyšetrí ultrazvukom.

Vyšetrovanie žíl nôh nie je bolestivé, no žiada si viac času. „Odoberáme anamnézu a pýtame sa na ochorenia, úrazy a zákroky dolných končatín. Následne zisťujeme charakter ťažkostí. Popri komplexnom vyšetrení si na dolných končatinách všimame, aký typ varixov má pacient, či vidíme trofické zmeny, ako sú defekty kože a pigmentácie. Klinické vyšetrenie musí dopĺňať ultrazvukové s farebným kódovaním – CCDS,“ vysvetľuje Pavel

Ištok. Liečbu lekár nasadzuje v závislosti od zaradenia pacienta podľa klasifikácie ochorenia. „Varixy dolných končatín nie sú diagnózou, sú len príznakom závažnejšieho chronického venózneho ochorenia, podľa medzinárodnej klasifikácie s označením CEAP. Základom správnej diagnostiky je ultrazvukové vyšetrenie vén farebným duplexným sonografom a mapping, teda detailný popis spätného toku krvi vo vénach,“ dodáva doktor Ištok.

Ako sa ich zbaviť?

Spôsob liečby varixov závisí od rozsahu ochorenia a od úsekov postihnutých ciev. Na trhu sú lieky – venofarmaká – ktoré pôsobia priaznivo pri ochoreniach žíl. Pavel Ištok však upozorňuje, že o výbere lieku sa musíte poradiť s angiológom alebo cievny chirurgom. „V súčasnosti je k dispozícii množstvo liekov, vedecké štúdie však potvrdili účinnosť len niektorých z nich,“ vysvetľuje lekár. Možnosti trvalého odstránenia varixov sú skôr hypotetické, pretože pri ich liečbe často dochádza k recidívam. „U pacientov s C1 varixami existuje 60-percentná pravdepodobnosť recidívy

do piatich rokov, pri varixoch C2 je táto pravdepodobnosť do piatich rokov 30-percentná,“ hovorí lekár.

Ak sa rozhodnete pre zákrok, máte na výber viacero možností. Okrem klasického operačného riešenia formou strippingu, pri ktorom sa cievky odstránia minirezmi na koži a ostávajú po ňom drobné ranky, možno varixy ošetriť aj vnútrocievnym laserom alebo rádiovlnovou abláciou (RFA) alebo mikrovlnami (MWA) spolu so sklerotizáciou penou pod ultrazvukom. „Pri použití neoperačných techník je efekt liečby varixov lepší, bez jaziev, avšak u 15 – 20 percent pacientov sa pri použití sklerotizácie môžu vytvoriť pigmentácie. Najlepší kozmetický efekt sa dosahuje pri použití RFA, MWA lasera,



Zopár faktov o žilách

- Až 70 % pacientov vo veku od 30 do 60 rokov trápia kŕčové žily.
- Nie vždy ich však zbadáte. Odhalte ich včas a začnite s liečbou, inak môžu byť následky fatálne.
- Metličky nie sú len estetickým problémom, sú to tiež kŕčové žily.

Výhody a nevýhody menej invazívnych zákrokov

- + bez hospitalizácie
- + bez celkovej anestézie
- + rýchla rekonvalescencia
- + rýchly návrat do práce a k športu
- + bez bolesti
- poisťovňa tieto zákroky nehradí

Klasifikácia kŕčových žíl CEAP

Stupeň C0:	Ťažkosti sú bez viditeľných prejavov kŕčových žíl.
Stupeň C1:	Metličky do priemeru 1 mm a sieťové žily s priemerom 1 – 3 mm.
Stupeň C2:	Postihnutie hlavných kmeňových vén dolných končatín, hlavne malej a veľkej stehennej žily a kŕčové žily s priemerom nad 3 mm.
Stupeň C3:	Kŕčové žily spojené s opuchmi končatín.
Stupeň C4:	Pigmentácie a iné kožné zmeny a ekzém na predkoleniach.
Stupeň C5:	Ložiská po zhojenom vrede predkolenia.
Stupeň C6:	Najhorší stupeň ochorenia sa prejavuje ako vred predkolenia.

CHIRURGICKÉ CENTRUM NA LIEČBU
Kŕčových žíl, konečníka a znamienok



WWW.PROKTOVENA.SK
+421 911 700 374

pretože rádiokvencná ablácia na koži nespôsobuje takmer nijaké zmeny.“

Ženský problém

Metličky postihujú trikrát častejšie ženy ako mužov. Väčšina žien ich považuje len za kozmetický problém a rieši ich na estetických klinikách a v centrách. Aj pred zákrokom na metličkách by ste však mali absolvovať vyšetrenie dopplerom žíl s mappingom. Základom úspešnej liečby metličiek je najšť prírodné cievy, z ktorých sú metličky plnené. Pokiaľ sa metličky riešia len laserom bez ošetrenia prírodných ciev – retikulárnych varixov, ktoré sú pod kožou – môžete očakávať ich časté recidívy a nikdy sa ich natrvalo nezbavíte. Lekár potrebuje na liečbu metličiek dobré vybavenie na ich zobrazenie, a to prístroje ako Vein Viewer, Veinlite a lupy s bielym svetlom. Pokiaľ sa žily správne nezobrazia, lekár nedokáže najšť správne prírodné cievy a zabrániť



plneniu metličiek. V moderných centrách, ktoré sa zaoberajú liečbou metličiek, sa používajú kombinované techniky, ktoré sú účinnejšie ako len povrchové odstránenie metličiek lasermi.



Mikrosklerotizácie roztokom alebo penou s ošetrením retikuárnych, teda prírodných ciev, mikrosklerotizácie roztokom alebo penou v kombinácii s ihlovou RFA, laserová technika Clacs alebo traskutálne lasery – všetky tieto techniky sú ambulantly, minimálne bolestivé a nevyžadujú si nosenie kompresných pančúch.

Osvedčilo sa súčasné podávanie liekov na báze mikronizovaného diosminu na zmenšenie pozákrkového zápalu žíl, a tým dosiahnutie lepšieho efektu zákroku. Pri telesnej námahe a cvičení sa odporúča nosenie kompresie aj mesiac po zákroku. Väčšie varixy C2 s diagnostikovaným refluxom na hlavných žilách – na veľkej alebo malej stehennej žile – sa v súčasnosti riešia uzavretím žily zvnútra teplom, a to z jedného vpichu. Zdrojom tepla na konci katétra je laser. Táto technika sa volá EVLA. Zdrojom tepla môže byť aj rádiokvencia – RFA. Najmodernejšia technika MWA funguje na princípe mikrovln. Na vnútrožilové uzavretie veľkých žíl sa používajú aj techniky bez použitia tepla, napríklad lepenie žíl biologickým lepidlom Venasel.

AKO PREBIEHA ZÁKROK PRI VNÚTROŽILOVOM UZAVRETÍ?

Endovenózne, čiže vnútrožilové tepelné uzavretie je vhodné takmer pre každého pacienta s refluxom hlavných žilných kmeňov. Kontraindikáciou je silný kašeľ, aktívny zápal v tele a akútna trombóza. Úspešnosť metódy je 95 až 98 percent, len u dvoch percent pacientov zlyhá tepelné zlepenie.

Je to ambulantly zákrok bez bolesti a bez hospitalizácie. Reflux postihnutých stehenných žíl sa rieši zvnútra použitím rádiokvencnej ablácie (RFA), MWA-mikrovlnová ablácia alebo lasera EVLA. Cieľom je, aby bol pacient čo najšť mobilný a bez práceneschopnosti. Pri tejto metóde sa v lokálnej anestézii z jedného vpichu pod kontrolou ultrazvuku do hlavnej žily zavedie safeny ihla. Pacient okrem pichnutia necíti inú bolesť ako napríklad pri podaní infúzie. Následne sa do žily zavedie katéter, okolo ktorého sa aplikuje lokálna tumescenčná anestézia, ktorá zabráni tepelnému poškodeniu okolitého tkaniva. Pod kontrolou ultrazvuku lekár pomocou tepla (asi 120 °C) zlepuje katétrom žilu zvnútra. Katéter postupne

vyťahuje od slabiny k najnižšiemu bodu na nohe. Keď sa žila zlepi, odstráni sa reflux žily a krv sa presunie spojками do zdravých povrchových aj hlbokých žíl. Celý zákrok trvá 30 až 90 minút, hneď po ňom sa pacient v kompresívnej pančuche postaví, prelečie sa a po 20 až 30 minútach, počas ktorých sa prechádza, môže odísť po svojich a bez bolesti domov. O dva dni nasleduje kontrola, lekár sleduje možné začervenania a pigmentáciu kože a previaže vpich po katétri. Kompresívna pančucha je potrebná ešte zhruba desať dní po zákroku, ale už od druhého dňa je možná športová aktivita (v kompresívnej pančuche). Športová aktivita bez kompresie sa odporúča až zhruba štyri týždne po zákroku.

MULTIFUNKČNÉ CBD

Netradičné účinky CBD, o ktorých ste ešte nepočuli.



JE CBD LEGÁLNE?

CBD je legálne takmer v celej Európskej únii. Výnimku tvorí len Belgicko, v ktorom je zakázané úplne, a Chorvátsko, v ktorom je užívanie CBD povolené len na lekárske predpis. Od 1. mája 2021 je jeho používanie legálne aj u nás. CBD je látka, ktorá nemá žiadne omamné účinky.

Viete, že CBD olej vám môže pomôcť aj pri chudnutí alebo s problematickou pleťou?

Možno vám konope evokuje stimuláciu chuti do jedla, aktívna látka CBD však, naopak, chuť do jedla znižuje. Dokonca napomáha „zhnednutiu“ bieleho tuku. Pôsobí na dva druhy našich receptorov CB1 (hlavne v mozgu) a CB2 (v imunitnom systéme a bielom tuku). Ak majú ľudia nadpriemerne aktivované receptory CB1, sú náchylní priberať. CBD vplýva práve na tieto receptory, dokáže podporovať metabolizmus a následne pomáha aj s cukrovkou 2. typu, vysokým krvným tlakom a cholesterolom.

Prečo v kozmetike?

Možno ste si všimli, že na trhu sa náhle objavil široký výber kozmetických produktov s obsahom CBD. Je naozaj také prínosné pre našu pleť alebo ide iba o nový trend? Výskumy potvrdili benefity CBD, a to dokonca pri rozličných kožných problémoch. Najčastejším ochorením kože býva akné. Samozrejme, za jeho vznikom môžu byť rôzne príčiny, CBD ale dokáže ovplyvniť symptómy. Spustí antimikrobiálnu reakciu a bráni aktivácii zápalových cytokínov, ktoré môžu byť spúšťačom akné. Zároveň bráni ľudským bunkám produkujúcim kožný maz v nadmernom množstve. Olej

lieči aj jazvy po akné a poradí si dokonca aj s extrémne suchou pokožkou. Antioxidačné vlastnosti spomaľujú starnutie, bránia začervenaniu a tvorbe vrások. A nezabudli sme spomenúť, že lieči aj kožné infekcie?

Cievy a srdce

Na Slovensku trpia vysokým krvným tlakom takmer dva milióny ľudí, CBD dokáže krvný tlak výrazne znižovať a zlepšuje schopnosť reagovať na stres. Chráni cievy pred poškodením v dôsledku zápalu alebo zvýšeného cukru a následne pred kôrnatým tepien a vysokým krvným tlakom. Na zápal vplýva rovnako ako aspirín a rovnako ako tento liek podporuje produkciu látok, ktoré spôsobujú rozšírenie ciev. Výhodou je, že je to čisto prírodná látka.

Bývate pod tlakom?

CBD znižuje krvný tlak a srdcovú frekvenciu. Uvoľňuje telo i myseľ, organizmus upokojí a spomalí pulz. Treba ešte spomenúť, že súvisí aj s rozširovaním ciev a ľahkým prietokom krvi do celého tela, čo pomáha srdcu. Tento prírodný liek pomáha ochrániť pacientov s mozgovou príhodou pred vážnym poškodením mozgu a aj zotavovať sa po mozgovej príhode.

VYROBTE SI ÚČINNÝ KRÉM

Potrebuje 60 gramov kokosového, olivového, arganového oleja alebo bambuckého masla, do ktorého nakvapkáte približne 20 kvapiek CBD oleja. Stačí dobre premiešať a krém s účinkami CBD máte hotový.



Vitamix
Séria Explorian
Vysokovýkonný mixér za prijemnú cenu

Vezmeš si ma?
Záruka 5 rokov

Nový model Vitamix si môžete vziať na vitamix.vitarian.sk alebo na adrese **Vitarian.sk, Grösslingova 35, Bratislava**