

Usaldage oma rasked jalad ars

Veenilaiendid Uued ravimeetodid

Reio Vilipuu, Merit Rohi
füsio- ja lõõgastusteraapid

Veenipuudulikkus, veenilaiendid – paljud naised ja mehed teavad nende sõnade tähendust oma enda kogemusest. Kuid veenihaguste nüüdisaegsed ravimeetodid on niivõrd tõhusad, efektiivsed ja minimaalselt traumeerivad, et kannatada raskustunnet jalgades, turseid ja krampe on tänapäeval lausa andestamatu.

Rääkides kirurgilistest või-

malustest, peab rõhutama, et mitte ükski neist meetoditest – aga kasutusel on neid tänapäeval mitmeid – ei oma midagi ühist tolle veresoonte "hekseldamisega", mis on võibolla eakamate patsientide mällu sööbinud.

Flebologia kui meditsiini- valdkond areneb tohutult kiiresti. On loodud uusi meetodeid, millel kõigil on üks eesmärk: blokeerida haige veenijupp, likvideerida vigastatud veeniklapid ja taastada jala normaalne vereringe. Uusi-

mate tehnoloogiate ja vastava aparatuuri abil on nüüd võimalikud väga peened ja väga täpsed manipulatsioonid veresoone enda sees. Eestis leiab kõige suurema tänapäevaste ravimeetodite valiku Eesti Veeniravi kliinikus.

Võitlust ilusate ja tervete jalgade eest tuleb alustada õigeaegsest veenidiagnostikast ja veresoontekirurgi konsultatsioonist. Õige surveravi ja tursete käsitlemise puhul aitab vastava väljaõppega lümfispetsialist.

Valutu ja tervendav laserikiir

Üks populaarsemaid veinikirurgia meetodeid on veresoonesisene laseroperatsioon. Veeni kahjustunud osasse viiakse peenike laser-sond. Selles oleva avause kaudu suunab kirurg veresoone siseküljele laserikiire. See laser aurustab vee ära ja veresoone seinad kleepuvad kokku. Sulguvad pindmised veenikomud, kaob surve ümbritsevatele kudede, mida patsient tunnetas raskustundena ja tursetena jalgades. Ve-

ri leiab tee südamesse mööda teisi veene, aga suletud veeni asemele kasvab väga kiiresti sidekude. Meetod seisneb selles, et elektromagnetkiirguse, mida kasutatakse mikrolaineahjus – kuivatab pindmise kahjustunud veeniosa: sellest kaob niiskus ja veresoontõmbub kokku. Seda meetodit kasutatakse suuremate puudulike veenisüsteemide sulgemiseks. Kusjuures kiirgus ei jõua konkreetse veresoone seinast kaugemale, ümbritse-

vatesse kudedesse, ning seejärel ei tekita kahju.

Kõik need operatsioonid viiakse läbi ilma üldnarkoosita. Laseri ja raadiosageduslainete jaoks on vaja kohalikku tuimestust. Pärast nimetatud raviviise tuleb patsiendil leppida mõningate piirangutega lühikeseks ajaks – kanda 4 kuni 8 nädala jooksul CCL 2 surveklassi meditsiinilisi kompressioonsukki või põlvikuid, vältida lende ja jätta ära saunaskäigud.

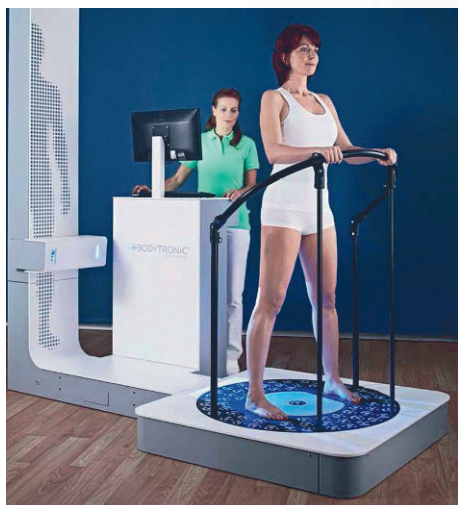


Doppler-ultraheli sonograaf aitab veene tõhusalt uurida.

Bauerfeind ortoosi- ja tursesektsus
Avatud: E–R 10.00–18.00
Pärnu mnt 76, Tallinn

info@tursesektsus.ee • www.tursesektsus.ee
tel: 6454250 • facebook.com/tursesektsus

- survetekstiilide standardi RAL sertifikaati omavad meditsiinilised kompressioontooted (põlvikud, sukad, sukkpüksid jm) väiksemate "ämblikveenide", suuremate veenilaiendite, kroonilise venoosse puudulikkuse, süvaveeni tromboosi ja venoossete haavandite raviks
- individuaalselt valmistame spetsiaalsest vähevenivast ja jäigast lamekoest tekstiilist tooteid lümfitursete raviks
- kohapeal 3D tehnoloogial põhinev mõõdistusseade Bodytronic 600 ülitäpselt jalgade ümbermõõtmise mõõtmiseks
- lümf- ja füsioteraapia teenused
- valikus kokku üle 30 000 kompressioontootet



EESTI VEENIRAVI KLIINIKUS ON VEENIDE KONTROLLIMISE KUU!



Ultrahelidiganostika
+
konsultatsioon
69€

- Täpne diagnostika
- Mitteinvasiivsed protseduurid
- Uusimad meetodid ja nende kombinatsioonid
- Kiire taastumine

BRONEERI ENDALE AEG TELEFONIL 619 0020

Estonian Vein Clinic, Raua 32, Tallinn, www.EVC.ee
Terviseameti tegevusluba nr.L03767



ti kergetesse kätesse

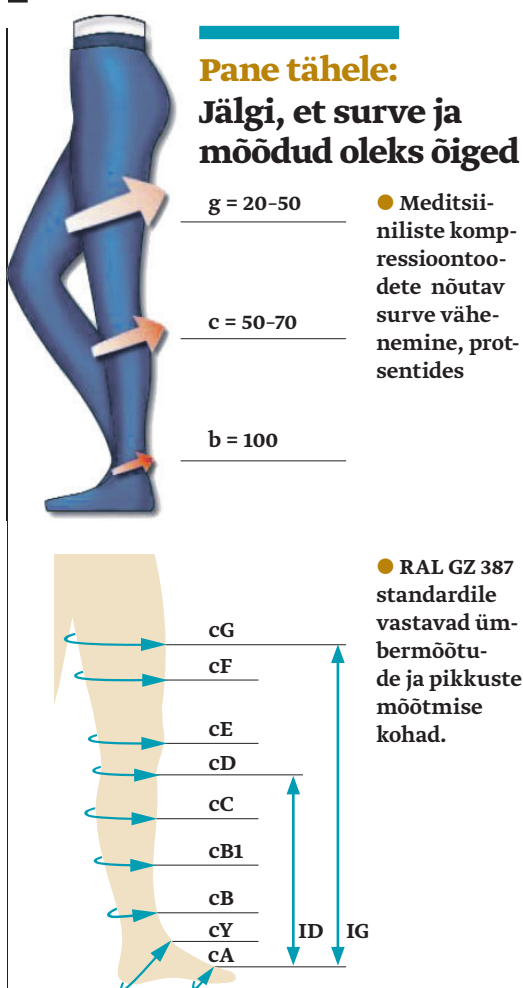
Skleroteraapia: tähtis on valida õiged ravisukad

● Skleroteraapia abil lahendatakse kosmeetilise iseloomuga probleeme – kapillaarset varikoosi ehk nn ämblikveene. Jutt on nendest samadest pisikestest sinistest soonekestest, mis ei põhjusta vereringehäireid, kuid sunnivad naisi peitma oma jalgu pükste ja tihedate sukkade alla. Skleroteraapia justkui kustutab need niiditaolised sooned ära.

Kahjustunud või laienenud veenid sulguvad läbi veresoonte spetsiaalse medikamendi süstimise. Tegu on kiire protseduuriga (30–45 minutit) ning pärast protseduuri on tähtis kanda CCL 1 või CCL 2 surveklassi meditsiinilisi kompressioonsukki või põlvi- kuid 2–3 nädala jooksul.

Miks on sukkade kandmine oluline? Suurim veenide koormus on hüppeliigese ümber, mis on gravitatsiooni arvestades kaugeim punkt südamest ning seetõttu on vajalik, et ka kantaval sukal surve alati väheneks hüppeliigese kubeme suunas.

Selline skeem tagab suurema töösurve liikumisel ja paranev lihaspumba töö toetab



enam veeniklappide tööd, parandab venoosse vere tagasi- voolu, suurendab vedelike tagasiimendumist, kiirendab venoosse vere liikumiskiirust, vedelike refluksi pidurdub ja koed pehmenevad ning kudede ainevahetus paraneb. Kokku sellega vähenevad jalgade raskus ning tursed.

Erinevad uuringud näitavad, et veenide eemaldamise või nendega seotud protseduuride järel on õige surve kandmine oluline ehk sellest oleneb parima lõpliku tulemuse saavutamine. Näiteks skleroteraapia standard raviguhend soovib suuremate veenide skleroseerimise järgselt kanda kaks nädalat CCL 2 survet ja väiksemate veenide korral CCL 1 survet ühest päevast kuni mõne nädalani.

Meditsiiniliste kompressioonsukkade kandmine kuni kolm nädalat tõstab protseduuri efektiivsust parandades kliiniliselt soonte kadumist ja vähendab hüperpigmentatsiooni.

Mida sukkade kandmisel tuleb jälgida? Kompressioonravi peab kandjale olema mugav

ja jalgade raskust, väsimust, tursid vähendav ning pakuma tuge mittetöötavatele klappidele. Siinjuures on ülioluliseks õige materjali elastuse/jäikuse ja surve valik, mida saavutatakse arvestades iga patsiendi seisundit.

Sobivaima põlviku, suka või sukkpüksi mugavuse tagavad esiteks õigesti mõõdetud ümbermõõdud ja pikkused. Näiteks kandmisel liigselt reie ümber pigistava suka ja ka liiga lühikese suka korral ei ole kindlasti valitud patsiendile õige toode ning see ei täida ka oma eesmärki.

Euroopas kehtiv surve- toodete standard ehk meditsiiniliste kompressioonklassi toodete standard RAL GZ 387 määrab ära, milline peab olema toodete surve (mmHg-millimeetrit elavhõbedasammast nagu ka vererõhul), selle surve muutumine protsentides, kasutatavad materjalid, tekstiili kiu jäikus, kannaoosa kudumine jne.

Kui surve kogu põlviku või suka pikkuse osas väheneb järk-järgult, siis selle tõestuseks otsige pakendilt sertifikaadi märki ja surveklassi tä-

histust CCL 1, CCL 2, CCL 3 või CCL 4, mis vastavalt on 18–21 mmHg, 23–32 mmHg, 34–46 mmHg ja >49 mmHg.

Meditsiinilise kompressioonsuka pakendile ei märgita ei survet ennast ega ka tekstiiliku jämedust ehk DEN.

Kergemate hädade korral piisab õhemast sukast. Miks osad sukad on väga õhukesed ja teised jällegi paksud ning läbipaistmatud?

Tekstiili kiu jäikus ehk elastsus määrab ära, kui suureks tõuseb jala sisene rõhk li- hastööl ehk kõndimisel, sportimisel, harjutuste tegemisel. Mida jäigem ja vähem veniv on tekstiil, seda suurem on rõhu tõus.

Seega kergemate veeniprobleemide korral on läbi- paistvad sukad ja väga kergelt venitatavad kiud hea ja õige valik, kuid probleemsema- te veenilaiendite, pigmentat- sioonimuutuse ning ka juba haavandi puhul on mõistlik suurendada mitte vaid survet, vaid tuleb valida ka jäigema kiuga meditsiiniline kompressioonsukk.

VABANE KIIRESTI KÜÜNESEENEST

- **KINDEL ENESETUNNE MYCOSANi**, spetsiaalse küünte mükoosi (seentõve) vastase preparaadi abil.
- **AINULAADNE HARJAGA APLIKAATOR.** Lihtne kanda küünte, sealhulgas ka küünenurkadesse.
- Patenteeritud **LÖHNATU** preparaat.
- Kaasas küüneviilid + ravigraafik, mis võimaldab jälgida edusamme.
- Sobib ka **DIABEETIKUTELE** ja lastele alates 4. eluaastast.



SAADAVAL APTEEKIDES
Vajadusel konsulteerige arsti või apteekriga

MYCOSAN

www.mycosan.ee

*Lillekesed!
kandke seelikuid!
Veenilaiendid?*



Troxevasin geel + kapslid (trokserutiin)

Näidustus

Troxevasin geel (trokserutiin): pindmiste veenide põletike paikne ravi.

Troxevasin kapslid (trokserutiin): täiendava ravimina jalaveenide kroonilisest puudulikkusest tingitud turse korral.

KÄSIMÜÜGIRAVIM
Müügiloa hoidja: Actavis Nordic A/S, Ørnegårdsvej 16, DK-2820 Gentofte, Taani
Täiendav informatsioon: UAB Actavis Baltics
Eesti Filiaal, st Tiigi 28/Kesk tee 23a, Rae vald, Jüri, 75301 Harjumaa
Tel: (+372) 6100 565
või Ravimiameti kodulehelt www.ravimiamet.ee

Tähelepanu! Tegemist on ravimiga. Enne tarvitamist lugege tähelepanelikult pakendis olevat infolehte. Kaebuste püsimise korral või ravimi kõrvaltoimete tekkimisel konsulteerige arsti või apteekriga.

Actavis