

VISSZERESSÉG

Patikaszerek és életmódtanácsok

A vénák falának meggyengülésével, rugalmasságvesztésével járó vénás, visszeres panaszokat sok esetben „csak” esztétikai problémaként értékelik a betegek. Amíg nem jelentkezik fájdalom, általában nem gondolnak arra, hogy minél hamarabbi beavatkozásra van szükség, hogy a vénás elégtelenség felé tartó folyamat feltartóztatható vagy lassítható legyen.



DR. BUDAI MARIANNA PHD
szakgyógyyszerész

Vény nélküli forgalomban számos olyan készítmény érhető el, amely a visszereség progresszióját lassítani képes. A gyógyszerek és étrend-kiegészítők – elsősorban a belsőlegesen alkalmazottak – jó eredménnyel kombinálhatók kompressziós megoldásokkal, azaz például kompressziós kötésekkel vagy harisnyákkal. Végző esetben műtéti megoldásokhoz lehet folyamodni annak érdekében, hogy a súlyos következmények, így például a vénás elégtelenség elkerülhető legyen. A táránál állva egyrészt a patikaszerek nyújtotta lehetőségekre kell felhívni a betegek figyelmét; másrészt tudatosítani kell bennük, hogy egy-két tableta bevétele vagy egy-két tubus gél felkenése önmagában nem oldja meg a problémáit. A visszereség kezelése csak abban az esetben vezethet eredményre, ha az olyan életmódbeli változtatásokkal jár együtt, amit a beteg tudatosan, hosszú távon beépít a mindennapi rutinjába.

VENOAKTÍV, VAZOPROTEKTÍV KÉSZÍTMÉNYEK

A vénás panaszok és a visszereség kezelésében – külsőleg vagy belsőleg – javasolható, vény nélkül kapható készítmények hatóanyagai, köztük szintetikus és növényi eredetű összetevőkkel:

- heparinok, heparinoidok (pl. pentozán-poliszulfát-nátrium)
- kalcium-dobezilát
- kapillárisstabilizáló bioflavonoidok (pl. [mon]oxerutin, diozmin, rutozid, heszperidin, procianidol oligomerizátum, növényi kivonatok)

A belsőleges és/vagy külsőleges venoaktív szerek használata – a visszérbetegség krónikus jellegét tekintve – hosszú távon, rendszeresen javasolt. A vénás tünetek javulása a kezelést követően nem azonnal következik be; rendszerint 2-3 hetes gyógyszereszedést követően várható az állapot érezhető javulása.

BELSŐLEGES ADAGOLÁS [1, 2, 4, 5]

- A per os adagolandó készítmények egy részének a bevétele étkezéshez kötött, a diozmin + heszperidin kombinációs készítményt például étkezés közben javasolt bevenni.
- A monokomponensű kezelések hatásait felülmúlhatják bizonyos bioflavonoid-kombinációk, pl. diozmin + heszperidin. A kombinációs készítményekben egyes esetekben a kötőszöveteket erősítő, érfunkciót javító C-vitamin is megtalálható.
- A belsőlegesen alkalmazott venoaktív, vazoprotektív szerek mellékhatásspektruma kedvező, leggyakrabban a gasztroin-

tesztinális traktust érintő diszkomfortérzészről számolnak be a betegek.

- Egyes hatóanyagok (pl. oxerutin) belsőlegesen is alkalmazhatók az I. trimeszter kivételével terhesség és szoptatás alatt. Ezzel szemben a belsőleges és külsőleges készítmények jelentős része abszolút vagy relatív ellenjavallt esetükben; a döntés joga számos esetben a kezelőorvos kezében van [5].

KÜLSŐLEGES KEZELÉS [1, 2, 5]

- A visszerek kezelésére alkalmazott külsőleges patikaszerek között elsősorban krémek és vizes bázisú gélek találhatók, amelyek növényi kivonatok, heparint vagy a vér folyási tulajdonságait javító pentozán-poliszulfát-nátriumot tartalmaznak.
- A külsőleges készítményeket nyílt sebre nem szabad felvinni!
- A külsőleges készítmények hatásában a felvitellel járó masszázsnak, a párolgáson alapuló hűtő hatásnak, valamint a placeboeffektusnak is szerep jut.
- A felkenést követő bemasszírozás a lábfejtől a comb felé mutató irányba történjen, mert ez elősegíti a vénákban pangó vér szív irányába való visszaáramoltatását.
- A per os antikoaguláns terápiában részesülő betegeknél a protrombinidő a külsőleges heparinos kezelés hatására nőhet. Az antikoaguláns terápiát folytató betegeknél tisztában kell lenniük azzal, hogy a kezelőorvosuk javasolja-e számukra, vagy sem a külsőleges heparinalkalmazást.
- A kompressziós és a gyógyszeres terápia külön-külön, illetve kombinációban is alkalmazható. Lényeges azonban felhívni a betegek figyelmét, hogy a kompressziós harisnyák alatt ne alkalmazzanak krémeket vagy kenőcsöket, mert azok a harisnyák elasztikus összetevőit károsíthatják. Egész napos kompressziós kezeléssel összeegyeztethető gyógyszeres megoldást a per os adagolandó venoaktív szerek kínálnak. Egy vizsgálat alapján például a mérsékelt visszereség kezelésében a kompressziós terápia oxerutinnal való kiegészítése (napi 1000 mg oxerutin per os) megduplázza a kompressziós kezeléssel elérhető terápiás hatást [2].

MIT TANÁCSOLHATUNK MÉG A VISSZERES BETEGEKNEK?

- Hosszabb ideig egy helyben való álldogálás vagy ülés kerülése. Alapszabály: inkább menni vagy fekdülni, mint ülni vagy állni! Ülésnél a lábakat nem javasolt keresztbe rakni, mert az nehezíti a vénás keringést.

- Aktív élet mozgással (séta, úszás, kerékpározás, nordic walking, tánc), főként a lábszárak mozgásával, az izompumpa működtetésével.
- Hosszú utazások alkalmával (legalább kétóránként) figyelmet kell fordítani a lábszár- és lábfejtornára.
- Hosszú utazások, állómunka végzése és terhesség esetén javasolt kompressziós harisnyát viselni.
- Túlsúly esetén testtömegcsökkentés.
- Vitaminokban (főként C-vitaminban), rostokban gazdag táplálkozás.
- A hőség és a szaunázás kerülése.
- A túlzott alkoholfogyasztás, a dohányzás kerülendő.
- A magas sarkú lábbelik helyett lapos sarkúak preferálása. Bár a magas sarok önmagában nem okoz visszerezést, a viselése akadályozza a vénás vért áramoltató izompumpát, ami meglévő visszerezés esetén az állapot romlásához járul hozzá.
- A szoros ruházat, pl. streccsnadrágok kedvezőtlenül hatnak az állapotukra.
- Kneipp-kúra, váltófürdő javasolható. Hideg (kb. 10-16 °C), illetve meleg (kb. 38 °C) víz váltakozásával való zuhanyzás (alulról felfelé haladva zuhanyzás során, és hideg vízzel befejezve a vénákat is edző zuhanyzást) végezhető [1, 2].

3. http://www.seiter-klinik.de/fileadmin/Media/Ma%CC%88nnerstudie_zahlen.pdf; 2018. október 4.
4. Perrin, M., Ramelet, A. A.: Pharmacological treatment of primary chronic venous disease: rationale, results and unanswered questions. *Eur. J. Vasc. Surg.*, 41; 117–125. 2011.
5. www.pharmindex-online.hu gyógyszerinformációi; 2018. október 4.

TESZTKÉRDÉSEK

1. A visszeres betegeknél milyen esetben preferálandók a belsőleges készítmények a külsőlegessekkel szemben?

- a) Nyílt sebnél
- b) Ha kompressziós harisnyát visel a beteg
- c) Mindkét esetben

2. Melyik állítás igaz?

- a) A diozmin inkompatibilis a heszperidinnel
- b) A diozmin és heszperidint tartalmazó készítményeket éhgyomorra szabad csak bevenni
- c) A diozmin és heszperidin kombináció hatásossága nagyobb, mint az összetevőké külön-külön

3. Mennyi ideig javasolt a venoaktív, vazoprotektív patikaszereket alkalmazni?

- a) Szükség esetén alkalmazandók, elsősorban nyáron, ha a visszerek kitégülnak
- b) Hosszú távú alkalmazás javasolt, akár éveken keresztül
- c) 2-3 hét

HIVATKOZÁSOK

1. Venenerkrankungen: Drei Therapie-Säulen. www.pharmazeutische-zeitung.de; 2018. október 4.
2. Von Besenreisern und Varizen. www.pharmazeutische-zeitung.de; 2018. október 4.