



Pressemitteilung

München, den 29.05.2008

Hitzewelle in München:

Krampfadern & Co machen jetzt mehr Beschwerden

Vorbeugen ist möglich – trotzdem sollte man gut auf seinen Körper hören, um größere Schäden an den Gefäßen zu vermeiden

Endlich Sommer in der Stadt – doch nicht alle können sich über die heißen Temperaturen freuen: Gefäßkrankheiten machen bei diesem schwül-warmen Wetter verstärkt Beschwerden. Viele Betroffene klagen derzeit über schwere Beine und Durchblutungsstörungen. Warum ist das so? Dr. Christian Wack, Leitender Arzt der Gefäßchirurgie am Rotkreuzklinikum München, erklärt: „Das Kreislaufsystem reguliert den Wärmehaushalt des Körpers. Bei großer Hitze gibt der Körper viel Wärme ab, um die optimale Körpertemperatur von ca. 37 Grad zu halten. Schwitzen und das Verdunsten des Schweißes kühlt die Oberfläche des Körpers. Um den Körper auch von innen zu kühlen, erweitern sich die Arterien und Venen.“

Körperinnere Klimaanlage

Für gesunde Menschen kein Problem – sie merken gar nichts von diesem Vorgang. Anders verhalte es sich jedoch z.B. bei Menschen mit schwachen Venen, so Wack weiter: „Durch das Weitstellen der Venen tritt mehr Flüssigkeit in das umliegende Gewebe – mit der Folge, dass Knöchel, Füße oder Waden unangenehm anschwellen, kribbeln oder schmerzen.“

Vorbeugen und Selbstbeobachtung

Was kann man tun, um vorzubeugen? Der Gefäßspezialist empfiehlt: „Auf ausgiebige Sonnenbäder verzichten. Statt heißer Bäder lieber Wechselduschen. Keine engen Schuhe tragen – und v.a. Bewegung. Im Büro öfter mal aufstehen und Gymnastik machen, in stehenden Berufen die Beine ausschütteln und auf den Zehenspitzen und Fersen vor- und zurückwippen.“

Allerdings sollte man bei solche Beschwerden nicht auf die leichte Schulter nehmen – schließlich sind Gefäßkrankheiten wie der Herzinfarkt in Deutschland Todesursache Nr. 1: „Risikogruppen wie Raucher, Diabetiker, Bluthochdruckpatienten und Menschen mit erhöhtem Blutfettwerten sollten bei den ersten Anzeichen von Durchblutungsstörungen unbedingt zum Arzt gehen,“ rät Dr. Wack.

+++ Ende der Mitteilung +++



Rotkreuzklinikum München gGmbH
Gesellschaft der Schwesternschaft München vom BRK e. V.



Informationen zum Unternehmen:

Die Rotkreuzkliniken in Bayern sind Tochterunternehmen der Schwesternschaft München vom Bayerischen Roten Kreuz e.V. und als gemeinnützige Gesellschaften mit zentraler Geschäftsführung in München organisiert. Zur Klinikgruppe zählen das **Rotkreuzklinikum München** mit Geriatrischer Rehabilitation, die **Rotkreuzklinik Würzburg** und das **Dr. Otto Gessler-Krankenhaus Lindenberg**. In insgesamt 23 Fachabteilungen stehen den 71.000 Patienten im Jahr 800 Betten zur Verfügung. Die Klinikgruppe beschäftigt 1.200 Mitarbeiter.

Internet:

www.rotkreuzkliniken-bayern.de

Pressekontakt:

Julia Leichert
Unternehmenskommunikation
Rotkreuzkliniken in Bayern
Tel. 089/1303-2331
julia.leichert@smwbrk.de