

Was sind Krampfadern?

Endstadium ist die Entstehung von "offenen" Beinen (Ulcus cruris).

### **Risikofaktoren für Krampfadernbildung:**

- Bindegewebsschwäche (durch Vererbung)
- Bewegungsmangel schwächt die Muskeln und damit Ihre Fähigkeit, das Blut zum Herzen zu pressen. Bei sitzenden Tätigkeiten verstärkt die Abknickung der Venen zusätzlich den Blutstau.
- Hormonhaushalt: Östrogene (weibliche Geschlechtshormone) fördern die Bindegewebserschaffung.
- Weitere Risikofaktoren sind das Alter, Übergewicht und Rauchen.

### **Wie können Sie Krampfadern vorbeugen?**

-