

Křečové žíly

nejčastější otázky a odpovědi

text: Žilní klinika, foto: Jakub Hněvkovský a archiv Žilní kliniky

Bolesti, křeče, nevzhledné žilní pletence. To jsou křečové žíly, které obtěžují každou třetí ženu a každého čtvrtého muže. Je dobré o nich vědět co nejvíc. Křečové žíly nebo také varixy jsou jedním z nejčastějších onemocnění, které trápí celou evropskou populaci. Do značné míry je to důsledek života ve vyspělé a přetechizované společnosti – především proto, že hodně jíme a málo se hýbeme. Připravili jsme pro vás nejčastější otázky a odpovědi, které se tohoto nepříjemného onemocnění týkají. Na otázky odpovídá primář Žilní kliniky MUDr. Ota Schütz.

Co to křečové žíly vlastně jsou, jak vznikají a kde všude se tvoří?

Zdravé žíly jsou opatřeny chlopněmi, které umožňují proudění krve jen jedním směrem a zabráňují jejímu zpětnému toku. V případě, že tyto chlopně zeslábnu a úplně se nedovírají, krev se hromadí, neproudí, jak by měla k srdci, a svojí vahou roztahuje stávající žíly. Výsledkem jsou pak uzlovité, nateklé a vyboulené žíly. Nejčastěji se tvoří na nohou – výjimkou jsou křečové žíly v malé pánvi nebo v konečníku, nazvané hemoroidy. Varixy se tvoří nejčastěji na lýtku, v podkolenní jamce a na vnitřní straně stehna, ale mohou být na dolních končetinách nakonec kdekoli.

Jak poznáme, že se s cévami něco děje?

Než se objeví vyboulené žíly, mívají pacienti nepříjemné bolesti v nohách, mají pocit tíhy a únavy nohou, mohou v nich cítit tlak, mravenčení, v noci křeče. Je také typické, že tyto příznaky se většinou dají zmírnit uvedením nohou do zvýšené polohy, zatímco stání nebo sezení po

delší dobu naopak příznaky zhoršuje. Později začnou žíly vystupovat a začnou být viditelné. Někdy je to zcela naopak, žádné obtíže, jen příšerné nevzhledné křečové žíly.

Co můžeme udělat, když se tyto potíže objeví?

Je třeba obloukem se vyhnout praktickému lékaři a rovnou vybrat specialistu, který to s křečovými žilami umí. Zcela základní metodou vyšetřování je duplexní barevný ultrazvuk a vyhodnocení funkčních a anatomických poměrů žilního řečiště, zjištění změny a rychlosti toku krevního proudu v žilách. Lékař vyšetří průchodnost povrchového i hlubokého žilního systému. Podle těchto výsledků se pak rozhoduje, jaká bude léčba.

Co je příčinou, že se varixy vůbec vytvoří?

Zásadní příčina je jediná a tou je dědičnost, jsou vrozené – když má někdo jednoho rodiče s křečovými žilami, na osmdesát procent se s nimi bude potýkat také. Mezi nejčastější rizika patří dlouhé stání a sezení, hormonální





MUDr. Ota Schütz

Primář MUDr. Ota Schütz je absolventem Lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze. Na Chirurgické klinice UK v Praze získal atestace I. a II. stupně z chirurgie. Prošel několika zahraničními stážemi, například na King's College Hospital v Londýně. V roce 1986 na chirurgické klinice 2. lékařské fakulty UK MUDr. Schütz založil pravidelně fungující žilní poradnu. Po pádu železné opony vycestoval do zahraničí na lékařské stáže a po návratu do Čech se s cennými zkušenostmi ze zahraničí v roce 1994 rozhodl založit Klinikou jednodenní chirurgie – Žilní kliniku. Ta je zaměřena na kosmetickou ambulantní léčbu křečových žil a svou specializaci stále prohlubuje. Díky soustředění kompletní léčebné péče na jedno místo a „jeden den“, je léčba ambulantní bez bolesti a bez nutnosti hospitalizace.

Více na www.zilniklinika.cz

léky s estrogeny – antikoncepce, substituce, obezita, vyšší věk, druhé a následná těhotenství.

Existuje žilní gymnastika. Co si pod tímto pojmem můžeme představit?

Jsou to veškerá cvičení, která podporují krevní oběh v končetinách. Zapojení žilně svalové pumpy, což jsou svaly lýtky při pohybu v kotníku a kolenu. Zkuste například tohle: s patami na podlaze zvedejte opakovaně špičky a kružíte s nimi. Pokud dlouho sedíte, zkuste nohy střídavě opírat o paty a špičky. Pomáhá i zvednutí nohou nad úroveň srdce v době klidu, spánku a odpočinku. Ideálně to udělejte tak pětkrát denně na pět až deset minut. Prospěšné jsou i masáže střídavě teplou a studenou vodou, které zlepšují návrat žilní krve k srdci.

Pomohou nám i léky?

Používají se venofarmaka – léky na žíly, tvrdí se, že zpevňují žilní stěnu a zlepšují návrat krve zpět k srdci. Volně prodejné jsou i masti. Pojišťovny tyto medikamenty hradí jen částečně a o jejich nasazení byste se měli domluvit s lékařem. Obecně se léky používají k léčení na základě doporučení lékaře na záněty, otoky a bolesti. Nemá žádný smysl se cpát celoročně jakkoliv vychvalovanými léky na křečové žíly, případně levnějšími potravinovými doplňky, které jsou inzerovány jako léky.

Co ostatní léčebné pomůcky?

Jednou ze základních jsou elastické kompresní punčochy. Bývají na předpis, ale i volně k dostání a rozdělují se do kompresních tříd I.–IV. podle rozvoje onemocnění. Od druhé kompresní třídy punčochy částečně proplácejí pojišťovny. Dvojky se dobře hodí k léčbě a prevenci komplikací, když vám otékají nohy a když máte varixy – stahují nohu od prstů podle délky po koleno nebo jako stehenní punčochy, které končí pod třísem. Účinnější jsou stehenní punčochy, hodí se například při dlouhé cestě autem nebo letadlem.

Kdy je nutná operace? A jaké jsou operační metody?

V případě, že máte křečové žíly, je doporučeno jako nejlepší radikální řešení – operace. V současné době jsou propracované metody mini invazivních operací za pomoci laseru či radiofrekvence. Poslední metodou je lepení žil VenaSeal. Jsou to katetrizační metody, při kterých se bezbolestně vyřeší křečové žíly v rámci Kliniky jednodenní chirurgie ambulantně. Svoje místo právě na nejmenší křečové žíly – mikrovarixy (metličky) má sklerotizace, může být i pěnová, která se provádí též ambulantně. Její princip spočívá v napuštění varixu látkou, která zničí cévní výstelku žíly a vyvolá umělý zánět. Takto ošetřená žíla se po několika týdnech vstřebá.

Nejšetrnější je prý lepení žil. O co se jedná?

Je to jedna z katetrizačních metod, kdy se do žíly zavede tenký katetr, který se pak pomalu vytahuje a do žíly se vpouští po kapkách vteřinové lepidlo. Místo, do kterého se hmota dostane, se pak na tři minuty stlačí. Když se stěny žíly slepí, katetr se vytáhne. Je to skvělá metoda, ale je ze všech nejdražší a použitelná ne u všech pacientů.

Proplácí léčbu pojišťovny?

Cena radikálního odstranění křečových žil operací se pohybuje průměrně od 17 do 35 tisíc korun. Některé smluvní pojišťovny na základě smlouvy operace proplácí, některé proplácí částečně, některé neproplácí. Stejně je to u sklerotizace. Cena 1 500 až 3 500 korun. Částečně jsou propláceny zdravotní elastické punčochy II KT. Po klinickém a duplexním ultrazvukovém vyšetření se dozvíte v jakém stavu jsou vaše křečové žíly. Je doporučen nejlepší postup léčby, většinou je to kombinace jednotlivých metod a současně je každý informován o ceně.

Více informací najdete na www.zilniklinika.cz, fcb a Instagramu PR