

Bewegung beugt vor

Venenleiden: Expertenrat war bei WAZ-Telefonsprechstunde gefragt

Jürgen Stahl

Vorsorge kann so einfach sein. „Wer statt des Fahrstuhls die Treppe benutzt, tut etwas für die Durchblutung und beugt Venenleiden vor“, lautete einer der Ratschläge bei der WAZ-Telefonsprechstunde zum Thema Venengesundheit.

Jeder dritte Deutsche hat Probleme mit den Venen. Entsprechend gefragt waren in dieser Woche die fünf Experten, die über 50 Leserinnen und Lesern am WAZ-Telefon Rede und Antwort standen.

„Bewegung ist wichtig. Nordic Walking, Joggen, Radfahren, Schwimmen, ein Spaziergang oder Treppensteigen sind

die besten Methoden zur Vorbeugung. Auch kalte Fußgüsse sind anzuraten“, empfahl Prof. Dr. Markus Stücker, Leitender Arzt am Venenzentrum Bochum, der mit der Oberärztin Dr. Stefanie Reich-Schupke alle medizinischen Aspekte von der Vorsorge bis zur Ope-

ration beleuchtete. Ein Eingriff werde immer dann von der Kasse bezahlt, wenn er medizinisch erforderlich ist. „Eine rein kosmetische Behandlung wird nicht übernommen“, weiß Jörg Jockisch, Sprecher der AOK Bochum.

Kommt es zu Venen-Entzündungen, fördern Kompressionsstrümpfe den Blutfluss. Allein die AOK wendet für das Hilfsmittel jährlich 180 000 Euro auf, so Jörg Jockisch.

Das Rezept gibt's beim Arzt. Was bei Auswahl und Gebrauch zu beachten ist, erläuterten Lothar Fehlberg, Geschäftsführer des Sanitätshauses Amberg, und Udo Zimmer von der Firma „medi“.



Fünf Experten gaben bei der WAZ-Sprechstunde Rat und Hilfe.

WAZ BO 12.02.11

Tag der offenen Tür mit Infos und Aktionen

Nach der erfolgreichen WAZ-Telefonsprechstunde in dieser Woche (Bericht unten) lädt das Venenzentrum Bochum am kommenden Mittwoch, 16. Februar, zu einem Tag der offenen Tür ein. Ab 15 Uhr gibt es an der Hiltroper Landwehr in Gerthe vielfältige Informationen und Aktionen. Das Sanitätshaus Amberg bietet kostenlose Venenfunktionsmessungen an. Eine Ausstellung zeigt alles zur Basistherapie mit Kompressionsstrümpfen. Die AOK nimmt eine Körperfettanalyse und Ernährungsberatung vor. Prof. Dr. Achim Mumme stellt in 30-minütigen Führungen den OP vor. Prof. Dr. Stücker und Dr. Reich-Schupke berichten über Diagnose und Therapie von Venenleiden. Physiotherapeutin Gerlinde Carl demonstriert ihre Venen-Gymnastik.

Für die Venenmessungen bittet die AOK um Anmeldungen unter ☎ 0234 95 87 261.

WAZ BO 12.02.11