

## Themen

### Brustkrebs/Geigensaiten

### Venenprobleme

---

**Brustkrebs/Geigensaiten:** Der Begriff „**Geigensaiten**“ beschreibt eine häufig auftretende Komplikation nach einer Brustkrebsoperation, auch bekannt als **Axillary Web Syndrome (AWS)**.

Eine **Strangbildung** ist eine schmerzhafte und funktionseinschränkende Komplikation nach einer Brustkrebsoperation mit Entnahme von Lymphknoten aus der Achsel. Die verletzten bzw. durchtrennten Lymphbahnen fibrosieren (verhärten, verkleben) und kommen bei gleichzeitiger Anhaftung im Narbengewebe beim Heben oder Abspreizen des Armes unter Spannung. Diese strangartigen Veränderungen reichen meist von der Achsel in den Arm und beeinträchtigen die Beweglichkeit der Schulter und des Ellbogens. Sie können sich auch unterhalb der Brust über den Rippen, als dünne Geigensaiten im Arm, aber auch daumendick in der Achsel zeigen. Dabei zeigen sich Stränge in konkaven Partien (Achsel, Ellenbeuge) als äusserlich sichtbare Stränge, in konvexem Areal (Brust, Oberarm, Unterarm) als Einziehung oder Rinne.

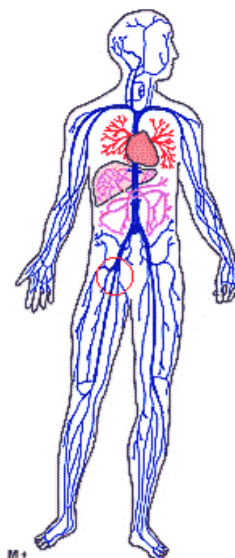
Die Häufigkeit einer postoperativen Strangbildung tritt bei rund 50% der Patientinnen innerhalb der ersten 3 Monate auf. Auch wenn sich in vielen Fällen die Strangbildung nach 3 Monaten spontan zurückbildet, kann durch sofortige Therapie die Leidenszeit nachweislich verringert werden. Aber auch noch Jahre nach der Operation sind Erfolge in der Behandlung zu verzeichnen.

Eine Behandlungsserie beträgt im Schnitt 9 bis 12 Behandlungen. Diese erfolgen 2 bis 3 Mal pro Woche für jeweils ca. 30Min. Begleitend gehört dazu je nach Befund auch manuelle Lymphdrainage, Narbenbehandlung und Eigenübungen der Patientin.

---

### Venenprobleme:

Unser Kreislaufsystem besteht aus dem Herzen und den Blutgefässen. In den Arterien fließt das sauerstoffreiche Blut vom Herz in die Glieder und Organe des Körpers. Die Arterien zweigen sich dort zu sehr feinen Gefässen, den Kapillaren, auf, geben Sauerstoff und Nährstoffe ab und nehmen Ausscheidungs- und Abfallprodukte auf. Dieses sauerstoffarme Blut gelangt aus den Kapillaren in die Venen. Der grösste Teil des Blutes befindet sich in den Venen.



Verschiedene Faktoren helfen dabei, das Blut aus den Venen zurück zum Herzen zu pumpen:

### Die Venen-Muskelpumpe

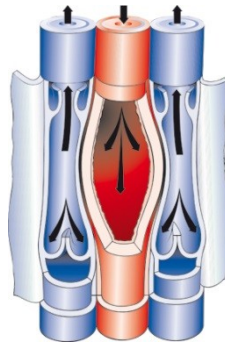
Durch Kontraktion der umliegenden Skelettmuskulatur - also bei jeder Bewegung - werden im gleichen Rhythmus die Venen, die zwischen den Muskel liegen, zusammengepresst. Dies unterstützt den Rückfluss des Blutes zum Herz.



### Die Venenklappen

Das Blut wird deswegen nur zum Herzen zurückgepumpt, weil Ventilkappen in den Venen nur die Flussrichtung zum Herzen hin erlauben.

Die **Venenklappen** verhindern, dass das zum Herzen gepumpte Blut wieder zurückfließt.



Zudem **liegen Arterien und Venen oft direkt nebeneinander**, so dass die durch den Pumpeffekt ausgelöste Druckwelle (Puls) in der Arterie auf die daneben liegende Vene übertragen wird und den Rückfluss begünstigt.

Von Venenproblemen sind vor allem die **Beine** betroffen:

Auch in den Venen der Beine muss das sauerstoffarme Blut von dort wieder nach oben - entgegen der Schwerkraft - zum Herzen zurücktransportiert werden.



## Pathogenese:

Erweitern sich die Venen, schliessen die Venenklappen nicht mehr richtig. Das Blut wird langsamer zum Herzen transportiert oder fließt sogar nach unten zurück. Dadurch erhöht sich der Druck in den Venen. Die geschwächten Venenwände können dem nicht lange standhalten und weiten sich noch stärker aus.

Ausserdem wird durch den Stau des Blutrückflusses das sauerstoffarme, abfallstoffreiche Blut nicht mehr schnell genug abtransportiert. Haut und Gewebe werden nicht mehr ausreichend mit Nährstoffen und Sauerstoff versorgt, ja durch die Abbauprodukte noch zusätzlich geschädigt.

Der Blutstau und die Überdehnung der Venen setzen sich von den oberflächlichen Venen zu den tieferliegenden fort. Schließlich ist der Bluttransport im gesamten Venensystem der Beine gestört.

## Ätiologie:

- dauerndes Stehen (stehender Beruf)
- Bewegungsmangel
- Übergewicht
- Schwangerschaft
- Ererbte Venenschwäche
- Alter

Diese Symptome deuten auf eine **Venenschwäche** hin:

- Müdigkeit, Schwere, Spannungsgefühl („Blei“ in den Beinen)
- Juckreiz, oft abends im Bett
- Schwere Beine, v.a. abends
- Schwellungen am Unterschenkel und Knöchel, v.a. abends
- Stauungsgefühl
- Sichtbare Hautveränderungen mit bräunlichen Verfärbungen, „Dünnerwerden der Haut, die schnell verletzt ist und immer schlechter heilt
- Verstärkung der Beschwerden beim Stehen oder Sitzen und Wärme, Liegen und Kälte verbessert
- Frauen: Abhängig von hormoneller Situation

Symptome einer **Venenschwäche im fortgeschrittenen Stadium**

- Hautverfärbungen
- Gewebeverhärtungen
- Geschwüre ("offene" Beine)

Folgende Krankheitsbilder können aus einer Venenschwäche entstehen:

## Krampfadern (Varikosis)

Krampfadern (medizinisch Varizen) sind knotenförmige oder sackartige krankhafte Erweiterungen der Venen. Hauptsächlich sind davon die oberflächlichen Venen der Beine betroffen. Krampfadern sind zunächst nur kosmetisch störend, z.Bsp. als **Besenreiser**. Erst wenn sich die Venenwände krankhaft verändern, kommt es zu irreversiblen Venenschäden.

## Venenentzündung (Phlebitis)

Bei unbehandelten Ödemen kann es zu Entzündungen und Verhärtungen der Venen kommen. Die Krampfadern sind dann druckempfindlich und schmerzhaft entzündet. Die Umgebung ist gerötet und z.T. geschwollen. Die Venenentzündung ist ambulant gut behandelbar.

## Thrombosen

In den geschädigten Venen können sich Blutgerinnsel (Thrombosen) bilden. Diese behindern den Blutfluss in der betroffenen Vene und schädigen das umliegende Gewebe. Ausserdem können sich die Pfropfen lösen und im Blutstrom weitertransportiert werden. So können sie ein anderes (wichtiges) Gefäss verstopfen: es kommt zur **Embolie** (v.a. Lungenembolie).

Symptome für eine mögliche Thrombose:

- Unklare plötzliche Schmerzen
- Plötzliches Spannungsgefühl
- Schwellung des Beines, besonders wenn es längere Zeit ruhiggestellt war

Achtung: Bei einer akuten Emboliegefahr sofort zum Arzt gehen!

## Chronische Veneninsuffizienz

Die chronische Veneninsuffizienz entsteht meist aus einer Thrombose in einer tiefliegenden Vene mit Veränderung der Gefässwand und Zerstörung der Venenklappen. Es kommt zu den beschriebenen Symptomen, wie Krampfadern und Ödemen. Später entwickeln sich Hautveränderungen. Die Haut wird dünner und anfälliger für Ekzeme und Infektionen, weil ihre Durchblutung immer schlechter wird. Häufig sind auch braune oder hellere Flecken auf der Haut, vor allem am Unterschenkel. Verletzungen können nicht mehr richtig abheilen. Offene Geschwüre am Unterschenkel, (so genannte "offenen Beine"=ulcus cruris) treten häufig als Spätfolgen auf.

## Prophylaxe:

- gesunde Lebensweise
- Gewichtskontrolle
- Viel Bewegung, Sport (alle Formen des Gehens, Schwimmen, Fahrradfahren, kein Hochleistungssport bei bestehenden Krampfadern, z.Bsp. Squash)
- Kneipen (regelmässig kalt ab duschen)
- Venengymnastik
- Kompressionsstrümpfe
- Beine hochlagern
- Evtl. unterstützende Arzneimittel (Salben, etc.)

## „Besser Liegen und Laufen, als Sitzen und Stehen“

## Therapie:

- Operation
- Verödung der betroffenen Gefässe
- Kompressionstherapie
- Medikamentöse Therapie (je nach Art des Leidens: Blutverdünnung: Heparin, Antibiotika, Antiphlogistika)
- Physiotherapie
- Alternative Medizin (Wickel, Akupressur, Phytotherapie, etc.)

### **Differenzialdiagnose:**

Beinschmerzen haben oft auch andere Ursache:

- neurologisch (Bandscheibenprobleme/Ischias) oder
- muskulär (Muskelkater, Wadenkrämpfe/Magnesiummangel)

### **Grundsätzlich ist Massage bei Venenproblemen eine absolute Kontraindikation**

Doch ab wann besteht nun ein Venenproblem? Besenreiser z.Bsp. sind zwar nur ein kosmetisches Problem, können aber auch Vorzeichen von tieferen Venenproblemen sein. Bestehen die oben aufgezählten Symptome oder sind gar veränderte Venen sichtbar, sollten sie auf jeden Fall erst vom Arzt abgeklärt werden.