

# HarmoNet

Mindenkinek, akinek lelke van

Címlap TitkosRandi AukciósHáz Fórum Tanácsadók Végzetűr Horoszkóp

Google Web HarmoNet OK Játékok Harmóniakártya

## Rovatok

- Az alma és a fája
- Ezotéria
- Férfioldal
- Karrier
- Könyvajánló
- Környezetharmónia
- Mágikus helyek
- Nagyi konyhája
- Psziché
- Szépség
- Szóbeszéd
- Te+Én+Szex
- Versovat
- Wellness

- TitkosRandi
- AllásHirdetések
- AukciósHáz
- Fórum
- Tanácsadók
- Játékok
- Harmóniakártya
- Horoszkóp
- Jósdák
- RSS csatornák
- Gyógyközpont

Címlap / Wellness / Akadémikus orvoslás

## A visszér szövődményei - Ne várd meg!

2009. április 08. 05:54

A cikk betűmérete: [kicsinyítés](#) [nagyítás](#)

**Hazánk lakosságának 20-30 százalékát érinti a visszérbetegség. A panaszok már a 20-30 éves korosztály tagjai között is egyre gyakrabban jelentkeznek - pókhálókerek, seprűvénák, elszórtan látszó visszerek, lábdagadás, éjszakai lábikragörcs. Az idejében megkezdett kezelés nélkülözhetetlen az olyan súlyos szövődmények, mint a lábszárfekély, a visszérgyulladás, lábélhalás és tüdőembólia elkerülése végett. A visszerek kialakulása nagy mértékben függ öröklött tényezőktől, így amennyiben a családban már korábban előfordult visszeres megbetegedés, fordítsunk külön gondot a megelőzésre is.**

### Lézeres műtét

Lézeres Műtétek Orvosi Garanciáva! Teszt és ingyenes vizsgálati kártya  
[www.optik-med.hu](http://www.optik-med.hu)

### Őssejt terápia

Őssejt kezelés beültetés nélkül Őssejt kapszula , rendelje meg most  
[www.ossejt-terapia.hu](http://www.ossejt-terapia.hu)

### Agyó zsírpárnák

Kombinált ultrahangos zsírbontás és cellulitisz kezelés műtét nélkül  
[www.barsony.hu](http://www.barsony.hu)

**A visszeres panaszok tekintetében évről-évre növekedést figyelhetünk meg.** Egy 2007-ben készült felmérés szerint a férfiak 19, a nők 45 százalékának vannak visszeres panaszai. Az életkor előrehaladtával a megbetegedés előfordulási aránya drámaian nő: **míg 30 és 39 év között 20 százalék, addig 50 és 59 év között már 47, hatvan év felett pedig már 59 százalékos.** Az idősebb korosztály körében jelentkező magasabb előfordulás azonban nem kizárólag tekinthető a korral járó következménynek. A fiatalabb korban észlelt, még könnyen kezelhető, visszafordítható kezdeti tünetek megfelelő terápia hiányában később súlyosabb formában jelentkeznek az idősebb korosztály körében.

**A visszerek kialakulását az öröklött hajlamon kívül nagy mértékben növeli az ülő- és állómunka** (tartós egy helyben történő állás, vagy ülés), a túlsúly és a terhesség. Sokan a várandósság alatt, illetve szülés után tapasztalják visszerek megjelenését. Ilyenkor is fontos időben megkezdenuk a kezelést, különösen, ha a későbbiekben még tervezünk gyermeket.

*A tapasztalatom az, hogy a legtöbb esetben akkor fordulnak orvoshoz, ha már jelentős fájdalmaik vannak, azaz éjszakai lábszárögörcs, vagy már egy rövidebb séta közben is lábszár fájdalom, „nehézláb érzés” alakul ki. Még komolyabb szövődmény a mélyvénás trombózis, amely már jelentős fájdalommal, duzzanattal, kékes elszíneződéssel jár, életveszélyes következménye tüdőembólia lehet. - mondta el dr. Antal Szilvia, érsebész.*

A visszérbetegségek kezelésében különösen fontos, hogy már az első panaszok jelentkezésekor - még akkor is, ha az csak esztétikai vagy alig zavaró - **forduljunk szakorvoshoz.** Ilyenkor nem csak a szövődményeket előzhetjük meg, de a kezelés és gyógyulás is jóval egyszerűbb, gyorsabb lehet. A visszeres panaszok kiújulása ellen életmód változtatással és rendszeres szűrővizsgálatokkal védekezhetünk.

LEGYEN A HARMONET A KEZDŐLAPOM!

Add a Startlap-hoz!



INGYENES JÁTÉK  
Próbáld ki!

### A rovat cikkei

- [Aranylő nyári kincsünk - a méz](#)
- [10 alapötlet, ha nem akarsz fogyni, csak fogyni](#)
- [Mit csináljunk a hétvégén? Várnak a gasztrofesztiválok!](#)
- [Újkrumplis menü](#)
- [Ha megáll a szíve, újraélesztendő? Csak kezdőd el!](#)

### Jósdák

- [Jóska Jósdá](#)
- [Harmónia Színjósdá](#)
- [Elemi jósdá](#)
- [Asztrológiai minőség](#)
- [Harmóniakártya](#)
- [Hapci naptár](#)
- [Kaland-kalkulátor](#)
- [Szex teszt +18](#)
- [Szerelmi kötés](#)
- [Önismereti jóslat](#)

### Fórumajánló

- [TT azaz Tidena teaőzja.](#)
- [Csajok egymás közt 4. - Lassan kész Szex és New York](#)
- [Minek örültél ma? 24.](#)
- [Írjátok le, ami először eszetekbe jut! Mindegy, mit 17.](#)

Parfümöt ajándékba!  
Eredeti parfümök  
30-50%  
kedvezményvel!

### Kisbabáknak, kismamáknak

Babakocsi, fürdetők, ruhák... Rendeljen online vagy katalógusból!  
[www.quele.hu](http://www.quele.hu)

### Lézeres műtét

Lézeres Műtétek Orvosi Garanciáva! Teszt és ingyenes vizsgálati kártya  
[www.optik-med.hu](http://www.optik-med.hu)

### Őssejt terápia

Őssejt kezelés beültetés nélkül Őssejt kapszula , rendelje meg most  
[www.ossejt-terapia.hu](http://www.ossejt-terapia.hu)

### Le a koleszterinnel

Időben tégy az egészségedért, olvasd el tippjeinket.  
[Mivilagunk.hu/koleszterin](http://Mivilagunk.hu/koleszterin)

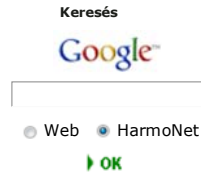
### Hatékony méregtelenítés

A Colonix kúra a legnépszerűbb méregtelenítő program a világon.  
[www.DrNatura.hu/Colonix](http://www.DrNatura.hu/Colonix)

Regisztráld magad és súgd tovább!

Piactér a HarmoNeten  
500.000+ aukció!  
adok-veszek!!

Több 1000 állás vár Rád naponta!



**Az „anti visszér-program” már azoknak is segítséget nyújt, akiknél mindössze a kezdeti jelek jelentkeznek.** Segít megelőzni a visszérbetegség súlyosbodását, a műtétet igénylő állapot elérését. Természetesen a program erősebb változata hasonló segítséget nyújt a már jelentős tünetekkel bírók, vagy akár már műtéten átesettek számára is.

#### **Az anti-visszér program - 5 tipp visszerek ellen**

##### **1. Le a plusz kilókkal!**

A jelentős túlsúllyal rendelkező beteg nehezebben mozog, kevésbé képes aktív mozgásra. Ezáltal az erek munkáját segítő izompumpa is kevésbé működik, ami visszerek tágulatához, lábdagadáshoz, lábszárvizenyőhöz vezet. Ezek a betegek a visszeres vérpangás miatt trombózisra is sokkal hajlamosabbak, aminek extrém, tragikus következménye akár tüdőembólia is lehet.

**Tipp:** A megfelelően összeállított étrend mellett a mozgás is segíthet a súlyfelesleg leadásában. A rendszeres mozgást kezdjük az alapoknál. A visszér program speciális mozgássorozatokot tartalmaz, melyek a súlycsökkentés mellett kifejezett érerősítő elemekkel tarkítottak.

**HarmoNet tipp:** [A meleg hatása a visszerekre >>](#)

##### **2. Visszér-torna**

Normál testsúlyú egyének számára is fontos időt szakítani a rendszeres testmozgásra. Minden olyan mozgás, ami az alsó végtagok izmait megmozgatja jó hatású, azaz segíti az erek munkáját, az izmok, kötőszövetek és a bőr vérellátását.

**Tipp:** Ülő- és állómunkát végzők esetében is fontos, hogy időnként megmozgassák lábukat, ezáltal fokozva a vérkeringést, csökkentve az erekben a nyomást. Az elvárt hatás érdekében érdemes követni a speciálisan előírt, személyre szabott mozgásgyakorlatokat.



##### **3. Táplálkozással a visszerek ellen**

A visszerek elkerüléséhez nélkülözhetetlen nap, mint nap biztosítanunk azokat a tápanyagokat, amelyek segítik az erek állapotának megőrzését.

**Tipp:** A keringés javítására és az érfalak erősítésére ajánlott a C- és E vitamin. Fogyasszunk naponta 1-2 adag sötét színű gyümölcsöt vagy zöldséget, például bogyósokat, cseresznyét vagy paradicsomot. Az optimális hatásához egyedileg összeállított étrend javasolt.

##### **4. Megelőzés gyógynövényekkel**

A rendszeres torna és a megfelelő étrend mellett a megelőzés érdekében alkalmazhatunk különböző táplálékkiegészítőket, gyógynövényeket is.

**Tipp:** A szúrós csodabogyó, szőlőlevél, varázsmogyoró, tigrisfű és vadgesztenye tartalmú táplálékkiegészítők és krémek hatékonyan alkalmazhatóak a visszeres panaszok megelőzésére és kiegészítő kezelésükre.

**HarmoNet tipp:** [A terhelt lábak betegsége: Műtét helyett megelőzés >>](#)

##### **5. Rendszeres kontroll**

Az alábbi tényezők mindegyike külön-külön is hajlamosít visszerek megjelenésére:

- túlsúly
- terhesség
- álló munka végzés
- ülő munka végzés
- sokat vezet autót
- családjában előfordult már

**Tipp:** A felsorolt tényezők mellett a diabétesz és magas vérnyomás is növeli a visszerek kialakulásának kockázatát. A rizikó csoportba tartozó személyek számára a megelőzés érdekében különösen ajánlott az évente elvégzett szakorvosi kontroll.

[Orvost Keresek >>](#)



[Nyomtatható verzió](#)



[Küldje tovább ismerősének!](#)

#### **Tudod mire születettél?**

Ez nem horoszkóp! Iratkozz fel és kapsz ingyen egy születési elemzést

#### **Szerelmi jóslás**

Sorsunk meg van írva a csillagokban  
Kérdezze a jövőről profi jósainkat!

#### **AukciósHáz ajánlatok**



#### **Avon Rejuvenate éjszakai krém -új!**

Aktuális ár:  
**2 300 Ft**



#### **Chanel Coco Mademoiselle 35ml EDP Női**

Aktuális ár:  
**15 800 Ft**

[További aukciók >](#)

#### **Tanulj otthon, kényelmesen!**



#### **Számítógépezelői alapismeretek ECDL**

Ár:  
**3490 Ft/hó Ft**



#### **Újságírói alapismeretek**

Ár:  
**3590 Ft/hó Ft**

[További tanfolyamok >](#)

### **HarmoNet**

[Írj nekünk!](#) [Médiaajánlat](#) [Impresszum](#) [Adatvédelem](#)

**RSS** [Iratkozz fel a hírsatomainkra!](#)

A HarmoNet kiadója a HarmoNet Internet Kommunikációs és Kiadói Kft.  
© Minden jog fenntartva