

## РАЗШИРЕНИ ВЕНИ И БРЕМЕННОСТ

В голяма част от случаите разширените вени се появяват за първи път по време на бременност. При вече съществуващи вени се наблюдава тяхното значително увеличаване. Големите хормонални промени по време на бременността водят до отпускане на венозната стена.

Нарастващата матка притиска кръвоносните съдове и кръвообръщението в долната половина на тялото е затруднено. Настъпва недостатъчност на венозните клапи. **Венозната кръв се застоява в долните крайници. Вените стават добре забележими. Появяват се отоци , тежест , болки и нощни крампи.**

Разширените вени са не само козметичен проблем. При напреднала бременност те могат да доведат до усложнения застрашаващи живота на майката и плода. При продължително развитие на болестта се нарушава храненето на кожата и подкожната тъкан. Появява се кафява пигментация. В крайните стадии се образуват трудно зарастващи рани. Кожата над варикозните възли често изтънява, разкъсва се и се стига до масивни кръвотечения.

**Несъмнено обаче най-тежкото усложнение е тромбофлебитът.** Това е процес на възпаление на венозната стена с образуване на тромб в лумена на съда. Засегнатата вена е уплътнена ,зачервена и болезнена. Понякога се наблюдава бързо разпространение на процеса към слабините. Тези тромбофлебита се наричат възходящи. Поради опасност от разпространение на тромба в бедрената вена в напредналите случаи се налага извършването на спешна операция. Ако процесът се развие първоначално в дълбоката венозна мрежа, крайникът отича и става болезнен. Този оток не спада след почивка. Заболяването се нарича флеботромбоза. Тромбите в дълбоките вени не са здраво свързани със съдовата стена. Те могат да се откъснат от мястото си, да мигрират по посока на сърцето и да предизвикат белодробна тромбоемболия.

Добрата здравна култура на бъдещите майки може не само да облекчи симптомите, но и значително да забави развитието на болеста. Изключително важен диагностичен метод е **доплеровото изследване**. С помощта на ултразвук се изследва проходимостта на дълбоките вени, наличието на рефлукс в повърхностната и дълбока венозна мрежа. Това е много важно за определяне на правилния план на лечение и избора на еластични чорапи и чорапогащници.

При дълбоките венозни тромбози чрез дуплекс и триплекс доплеровото скениране може категорично да се постави или отхвърли диагнозата.

Използваните широко в практиката венотонизиращи медикаменти не се препоръчват поради не добре проученото им въздействие върху майката и плода.

Правилният режим и носенето на еластичен чорапогащник могат ефективно да профилактират образуването и развитието на разширените вени.

При поява на разширени вени или отичане на краката е необходима своевременна консултация със съдов хирург или ангиолог. **Доплеровото изследване е задължително.**

**Препоръки:**

- ✓ Избягвайте дългото стоене в изправено положение и продължителното ходене.
- ✓ Започнете използването на еластичен чорапогащник още в началото на бременността.
- ✓ При спаднал свод и болки в стъпалата носете ортопедични подложки и обувки с ток между 3 и 5 см.
- ✓ Не използвайте горещи вани. След къпане облейте краката с хладка вода.
- ✓ Когато сте въщи, многократно повдигайте краката на високо, така че стъпалата да са на 10 см над нивото на сърцето.
- ✓ Плуването в морето или в басейн с хладка вода тонизира венозните съдове. Не излагайте краката продължително време на слънчевите лъчи.
- ✓ При продължително пътуване с кола правете почивки на всеки 1-2 часа и се раздвижвайте.
- ✓ Не носете стегнати дрехи.
- ✓ Избягвайте употребата на алкохол.
- ✓ При зачервяване, уплътнение и болка по хода на вече съществуваща разширена вена незабавно се обърнете за консултация към съдов хирург или ангиолог.