



Flebolog – specjalista, o którym warto pamiętać

Tekst i wywiad: Michał Mikołajczak

Teoretycznie wszyscy znamy zasadę, że lepiej jest zapobiegać chorobom niż je leczyć. Niestety, współczesny tryb życia i różnego rodzaju zaniedbania sprawiają, że potrzebujemy konsultacji lekarskiej.

Polacy niechętnie odwiedzają lekarzy, co dotyczy zwłaszcza osób w wieku produkcyjnym, które większość swojego czasu poświęcają pracy i obowiązkom domowym. Z jednej strony doskwiera nam notoryczny brak czasu, z drugiej zaś – traktujemy choroby w kategoriach tematów tabu. Obawiamy się niepomysłnych diagnoz lub konieczności podjęcia leczenia zabiegowego. Nie przeszkadza nam za to samodzielne wyszukiwanie porad w internecie, które nie zawsze jest dobrym wyjściem. Zdecydowanie flebologów są specjalistami, których nie można unikać, o czym przekonuje nas dr Joanna Borecka-Sobczak z Poradni Flebologicznej w Gdańsku-Wrzeszczu.

■ Skąd się bierze ogólna niechęć do wizyt u lekarza? Jakie jest najbardziej racjonalne wytłumaczenie tego zjawiska?

Jeśli chodzi o flebologię (właściwie i nie tylko), często zabiegani potencjalni pacjenci odkładają leczenie na później, kiedy sprawa będzie bardziej zaawansowana lub pojawią się powikłania, np. zapalenie żył, bóle nóg – wtedy już szukają pomocy. Ludzie boją się zabiegów, operacji – niestety. Jeśli chodzi o flebologię, 90% leczenia flebologicznego to nowoczesne zabiegi małoinwazyjne, po których pacjent wstaje i wychodzi, nie wymaga leżenia. Trudno też znaleźć placówki kompleksowo zajmujące się leczeniem flebologicznym, począwszy od diagnostyki, po leczenie na każdym etapie, łącznie z niezbędnymi konsultacjami różnych specjalistów pokrewnych dziedzin, jak ortopeda czy hematolog.

■ Czym się zajmuje flebologia?

Flebologia jest częścią działu angiologii, która zajmuje się chorobami naczyń. Flebolog zajmuje się diagnostyką i leczeniem niewydolności żyłnej we wszystkich stadiach: od małych pajęczków, po duże żyłaki, ze zmianami troficznymi, a nawet owrzodzeniami. Flebologowie leczą również powikłania niewydolności żyłnej w postaci zakrzepic żył, owrzodzeń żylnych i obrzęków. Zajmują się też obrzękami limfatycznymi. Jest to dziedzina, którą zajmują się angiologowie, interniści, chirurdzy naczyniowi oraz dermatolodzy.

■ W jakiej skali występują chorób żył? Jaki odsetek społeczeństwa dotyczy ten problem?

Choroby żył występują zarówno u osób młodych (do 20. roku życia ok. 20%!), jak i w średnim i starszym wieku, co dotyczy ponad połowy społeczeństwa. Wraz z wiekiem problem ten narasta, a możliwości leczenia się zmniejszają, ponieważ osoby starsze zazwyczaj przyjmują dużo

leków; mają też problemy ze stawami, co utrudnia zastosowanie niektórych metod terapii.

■ A zatem założenie, że młody wiek chroni przed chorobami żył jest błędne?

Jak już wcześniej wspomniałam, choroby żył dotyczą zarówno osób starszych, jak i młodych. Owszem, wraz z wiekiem objawy chorób żył, zwłaszcza przewlekłej niewydolności żyłnej, się nasilają, ale nie oznacza to, że osoby młode, a nawet dzieci, nie chorują, szczególnie gdy są obciążone genetycznie. Najmłodszy pacjent miał 10 lat. U dzieci dużym problemem są też malformacje żyłne, czasami bardzo trudne do leczenia.

■ Co warto wiedzieć na temat profilaktyki chorób żył?

Pamiętajmy, że wczesne leczenie chorób żył jest profilaktyką zaawansowanej przewlekłej niewydolności żyłnej. Ważnym działaniem profilaktycznym jest ruch, m.in. ćwiczenia powodujące uaktywnienie pompy mięśniowej: stanie na palcach, spacer, pływanie, biegi, jazda na rowerze, taniec; unikanie ćwiczeń wymagających dużego wysiłku lub obciążania stóp (podnoszenie ciężarów, skoki wzwyż). Zalecana jest dieta bogata w błonnik, który pomaga zapobiegać zaparciom. Dużą ulgę dają regularne masaże kończyn dolnych chłodnym prysznicem, spanie i odpoczynek ze stopami ok. 10 cm ponad tułowiem (kończyny muszą być podparte na całej długości goleni), a także eliminacja nadwagi. Przy chorobach żył należy unikać wysokiej temperatury i długotrwałego przebywania w pozycji stojącej lub siedzącej. Nie bez znaczenia, zwłaszcza podczas długotrwałych podróży i lotów samolotem, jest unikanie nieodpowiedniego ubioru stwarzającego przeszkodę dla odpływu krwi (obcisłe spodnie, rajstopy, skarpety z ciasną częścią podtrzymującą, buty na wysokim obcasie – powyżej 5 cm i uciskającego okolice kostek), a także zapobieganie odwodnieniu. Dostępna jest cała gama, oczywiście odpowiednio dopasowanych, profilaktycznych podkolanówek, pończoch i rajstop, polecanych szczególnie osobom długo siedzącym lub stojącym w pracy.

■ Kiedy bezwzględnie trzeba się zgłosić do lekarza?

Najlepiej w momencie, gdy zauważamy pierwsze objawy niewydolności żyłnej – małe i duże żyłaki, ociążałość nóg, bóle nóg, obrzęki. W najgorszym wypadku, kiedy już dostrzegamy powikłania, np. zapalenie żył, czyli zaczerwienienie i ból w miejscu przebiegu żyłki, duży obrzęk i ból nogi mogący świadczyć o zakrzepicy żył głębokich lub rozpoczynające się owrzodzenie.

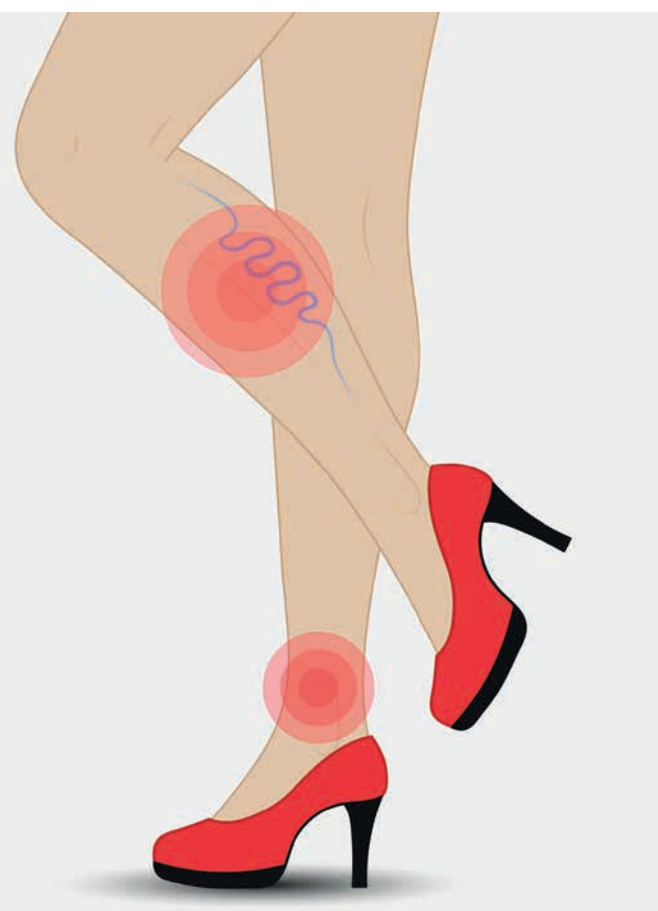
■ Które metody leczenia chorób żył można uznać za najskuteczniejsze?

Metody leczenia żył dobieramy w zależności od stanu zaawansowania choroby. W przypadkach o lekkim nasileniu wystarczająca może się okazać profilaktyka lub skleroterapia widocznych zmian. W stanach zaawansowanych należy zastosować metody endowaskularne, takie jak: echoskleroterapia, flebogrif, termoablacja radiowa lub laser. Do leczenia owrzodzeń skutecznie stosujemy specjalistyczne opatrunki, łącznie z kompresją.

■ W jaki sposób zachęciłaby Pani pacjentów do częstszych wizyt u lekarza flebologa?

Należy sobie uświadomić, że diagnostyka, czyli badanie USG żył, które jest bezbolesne i bezinwazyjne, a także konsultacja u flebologa, mogą pozwolić nam uniknąć wielu niepotrzebnych powikłań w przyszłości, nawet groźnych dla życia, a także zbędnych wydatków. Jak już wspomniałam, trzeba mieć świadomość, że wczesne leczenie jest profilaktyką dalszych zmian. Obecnie większość zmian można leczyć małoinwazyjnie, po czym pacjent może od razu wstać i iść do domu. Zaznaczmy, że obecnie refundacja NFZ obejmuje, niestety, jedynie leczenie operacyjne.

Dziękuję za rozmowę. ■



FOT. FOTOLIA



Prowadzimy konsultacje:

- flebologiczne
- proktologiczne
- chirurgiczne
- hematologiczne

Poradnia Flebologiczna

Zajmujemy się diagnostyką i leczeniem chorób żył we wszystkich stadiach przewlekłej niewydolności żyłnej kończyn dolnych – począwszy od pajęczków, poprzez żyły siatkowate po duże żyłaki, a także najbardziej zaawansowane stadium, jakim są owrzodzenia goleni.

Poradnia Flebologiczna Joanna Borecka-Sobczak
www.poradnia-flebologiczna.pl
info@poradnia-flebologiczna.pl
tel. 502 171 807