

PULS

Live-Chat zum Thema «Schaufensterkrankheit»

21:13:46 Chat-Moderatorin Helwi Braunmiller: Herzlich willkommen beim Live-Chat zum Thema Schaufensterkrankheit. Unsere Experten freuen sich auf Ihre Fragen!

Frage von U. L., Bassersdorf: Ist es möglich, dass Schmerzen auch am Morgen nach dem Aufstehen auftreten können?

21:20:43 Antwort von PD Christina Jeanneret: Ja das ist möglich, meist kommen die Schmerzen aber erst nachdem sie begonnen haben zu laufen. wenn die Schmerzen gleich beim Anlaufen auftreten handelt es sich eher um Arthrosebeschwerden

Frage von M. R., Basel: Beeinflusst Diabetes die Krankheit?

21:21:07 Antwort von PD Christina Jeanneret: ja, die Krankheit wird durch Diabetes stark beeinflusst.

Frage von J. W., Wallisellen: Was ist bei Gehtraining zu beachten? Wann muss pausiert werden? Sobald der Schmerz auftritt? Oder muss möglichst lange - solange aushaltbar - gegangen werden?

21:22:22 Antwort von PD Christina Jeanneret: Es gibt verschiedene Schulen, die am häufigsten angewandte Methode ist das Laufen bis zur Schmerzgrenze, danach stoppen. Bei anhaltendem Training kann es sein, dass sie durch den Schmerz hindurchlaufen können

Frage von E. S., Wangen bei Olten: Guten Abend. Meine Mutter (Patientin von Herrn Prof. Saner) hat einen Herzschrittmacher, Künstliche Herzklappe und daher verdünntes Blut. Nun klagt sie immer mehr, dass sie Schmerzen in den Beinen hat, und daher Mühe hat mit Gehen. Kann es sein, dass die Arterien verschlossen sind, obwohl das Blut verdünnt ist? Kann der Karthiologe das feststellen?

21:23:01 Antwort von PD Christina Jeanneret: Die Beinarterien können trotz Blutverdünnung verstopft sein

Frage von M. M., Lupsingen: Was kann vorbeugend gegen die Schaufensterkrankheit getan werden? Ich bin jetzt 41 Jahre alt. Danke für das Feedback.

21:24:02 Antwort von PD Christina Jeanneret: Viel Laufen, NICHT Rauchen, Blutfette bestimmen und allenfalls bei Erhöhung behandeln, in jedem Falle viel Laufen und Bewegen

Frage von A. I., Liestal: Guten Abend, ich bin 55 Jahre alt und mein Hausarzt hat letzten Freitag diese Krankheit bei mir diagnostiziert. Ich habe eine Verengung der Becken-Arterie. Bereits heute habe ich für den 2. Januar einen Operationstermin erhalten. Kommenden Mittwoch ist das Informationsgespräch. Ist in meinem Alter eine solche Operation wirklich nötig?

21:25:26 Antwort von PD Christina Jeanneret: Das dürfen Sie selber bestimmen, wenn Sie wirklich unter ihrer eingeschränkten Gehstrecke leiden, empfehle ich Ihnen den Eingriff zu machen, es ist ein mittelgrosser Eingriff. Wenn Sie Zweifel haben, holen sie eine Zweitmeinung ein

Frage von k. J., Leukerbad:Hallo ich machte letztes Jahr 2 Bergtouren nach ca. 3 Stunden Marsch bekam ich sehr starke Krämpfe in den Waden die mich zum anhalten gezwungen haben nach kurzer Pause ging es wieder für ein paar Schritte Geht das auch unter die Schaufensterkrankheit??
21:26:38 Antwort von PD Christina Jeanneret:Möglicherweise schon, das müsste mittels einer Verschlussdruckmessung beim Arzt geklärt werden, am ehesten handelt es sich um eine Verengung der Beckenarterien.

Frage von r. m., Elfingen:Guten Abend, kann auch schon ein junger Mensch mit 35 Jahren an der Schaufensterkrankheit leiden? Mein Bekannter ist Automechaniker, steht also den ganzen Tag, hat vor 2 Jahren mit rauchen aufgehört und ernährt sich nicht sehr gesund. Seit ca einem Jahr hat er starke Schmerzen in den Waden und kann manchmal kaum mehr gehen
21:30:16 Antwort von PD Christina Jeanneret:Ja das kann bereits bei jungen Menschen auftreten, empfehlen Sie ihrem Bekannten dringend sich abklären zu lassen. Sicher waere es gut schon mal das Rauchen zu stoppen.

Frage von I. R., Grenchen:Wieso passiert eigentlich so etwas? Der Schaufenster ist einfach ein Schaufenster. Was ist die Ursache der Krankheit?
21:30:56 Antwort von Prof. Hugo Saner:Die Ursache der Krankheit liegt in Risikofaktoren, z.B. Rauchen, erhöhte Blutfette, Bluthochdruck, Diabetes, Bewegungsmangel, Stress und Belastungssituationen. Die meisten Patienten haben einen oder mehrere dieser Risikofaktoren.

Frage von J. H., Gonten:Hab welchem Alter kann das auftreten?
21:32:10 Antwort von PD Christina Jeanneret:Bereits in jungen Jahren schon, allerdings häufiger bei Patienten die Arteriosklerose in der Familie haben, selten sind auch angeborene Gefässkrankheiten mit Degeneration der Gefässwand oder aber Entzündungen der Gefaesse. Selten gibt es Nebenwirkungen von Migraenemitteln

Frage von E. S., Wangen bei Olten:Kann der Hausarzt feststellen, ob die Arterien verschlossen sind, oder muss meine Mutter zum Kardiologen?
21:32:47 Antwort von Prof. Hugo Saner:Der Hausarzt kann feststellen, wenn bedeutende Durchblutungsstörungen der Beine vorliegen. Die Fusspulse sind abgeschwächt und der Blutdruck in den Beinen ist erniedrigt. Im Zweifelsfall wird er sie an den Angiologen d.h. den Gefässspezialisten meist zu einer Ultraschalluntersuchung der Beindurchblutung zuweisen.

Frage von H. B., Bern:Ich erhielt vor ca. 7 Jahren einen Stent in der Beckenarterie. Seither trainiere ich regelmässig sowohl auf dem Ergotrainer (Velo) als auch im Kraftraum. Zudem fahre ich ebenfalls mehr oder weniger regelmässig Velo im Nahverkehr. Ist das i.O. oder sollte ich auch auf das Laufband wechseln? Besten Dank für Ihr Feedback.
21:33:44 Antwort von PD Christina Jeanneret:Das Velofahren ist nicht ganz optimal da nicht die Wadenmuskulatur trainiert wird, ich empfehle ihnen schon das Laufbandtraining, es ist effizienter. Am besten ist das Training in Gruppen wie es im Beitrag beschrieben und erwaeht wurde.

Frage von M. S., Neuenegg:Sind Schmerzen und krämpfe am Schienbein wie bei den Waden beim Schnellen laufen auch diese Schaufenster-Krankheit? Ich bin erst 48 jahre
21:34:55 Antwort von Prof. Hugo Saner:Die von Ihnen beschriebenen Beschwerden sind verdächtig auf eine Durchblutungsstörung. Es gibt aber auch andere Ursache wie Fehlbelastung mit Muskelverspannungen als Folge oder eine Verengung des Nervenkanals im Rückenmark. Eine weitergehende Abklärung erscheint in ihrer Situation gerechtfertigt.

Frage von W. T., 8955 Oetwil a/L:Ist Gefahr für Arteriosklerose bereits mit folgenden Blutfettwerten vorhanden resp. sollte mit Cholesterinsenker z.B. SORTIS behandelt werden oder kann damit zugewartet werden: Cholesterin 5.4, HDL 4.2, LDL 3.8 Cholesterin/HDL 4.2?

21:37:23 Antwort von Prof. Hugo Saner:Ihr Cholesterinprofil ist sehr speziell und ungewöhnlich. Das HDL-Cholesterin erscheint sehr ungewöhnlich hoch. Ich würde also das Blutfettprofil nochmals kontrollieren lassen. Wenn sie keine anderen Risikofaktoren haben, muss man nicht medikamentös behandeln. Wenn zusätzlich Risikofaktoren das sind, wir man eher behandeln.

Frage von J. Z., Häßendorf:Frage, habe Wasser in den Beinen, laut Venorologe unbedingt Stützstrümpfe tragen, weil die Klappe des linken Beines nicht mehr funktioniert. Danke für eine Antwort.

21:37:32 Antwort von PD Christina Jeanneret:Das ist eine andere Beinproblematik, das Venenblut wird nicht mehr effizient zum Herzen transportiert, dies wird mit Kompressionsstrümpfen gut behandelt. Allerdings müsste vor der Kompressionstherapie die Durchblutung der Beinarterien geprüft werden Ihr Hausarzt kann ihnen da weiterhelfen, eine Verschlussdruckmessung (Blutdruckmessung an den Beinen) müsste durchgeführt werden.

Frage von V. B., Dübendorf:Ich bin zwar erst 59 Jahre alt aber es interessiert mich trotzdem. Ich leide unter schmerzen an den Finger und Zehen und frage mich ob es vielleicht etwas damit zu tun hat. Ich tanze sehr viel und besuche wöchentlich ein Fitness Center. Würde das Tanzen auch genügen? Besten Dank für Ihre Auskunft.

21:39:52 Antwort von PD Christina Jeanneret:Das hat nichts mit der Schaufensterkrankheit zu tun, sie leiden möglicherweise an Gelenkschmerzen oder an Gefäßspasmen (Raynaud Paenomen)

Frage von M. S., Corseaux:Seit einigen Monaten leide ich an ständigen Scmerzen in den Beinen, zuerst nur rechts, seit kurzem auch links. Ich meine, es hane sich um eine chronische "Tendinite" Die Schmerzen sind am stärksten an der Achillessehne. Dazu kommen öfters Krämpfe im ganzen Bein. Ich kann kaum 10 Min. schmerzfrei gehen. Wenn ich langE Schritte mache und die Füße bewusst abrolle, kann ich die Schmerzen etwas kontrollieren. Habe schon eine Physiotherapie mit ElektroSchocks gefolgt, ohne langfristige Besserung.

21:40:35 Antwort von Prof. Hugo Saner:Wenn die schmerzen so lange dauern oder praktisch permanent sind über Tage, ohne dass der Fuss weiss und kalt wird, handelt es sich fast nie um eine Durchblutungsstörung. Es scheint sich eher um ein Problem des Bewegungsapparates oder um eine Verengung im Nervenkanal der unteren Wirbelsäule zu handeln. Die effektive Ursache sollte aber dringend gesucht werden, da sie doch sehr stark geplagt sind.

Frage von E. L., D-79576 Weil am Rhein:Guten Abend, meine Mutter ist 79 jahre, sie hat einen Herzschrittmacher, klagt seit längerem über schmerzen in den Beinen wenn sie einige Schritte läuft,nach kurzer Pause kann sie weiter laufen. Bekannt sind bei ihr Krampfadern und durchblutungsstörungen, (war schon bei einem Venenspezialist)Unterhalb der Waden sind die Beine dunkelbraun bis blau. Ist dies auch die Schaufensterkrankheit? Würde bei ihr das Lauftraining auch helfen ?

21:42:14 Antwort von PD Christina Jeanneret:Wahrscheinlich sind da "Läuse und Flöhe" im Spiel, dh die Arterien und die Venen sind krank. Um das jeweilige Ausmass des Befalls zu beurteilen müsste Ihre Mutter gefässmedizinisch untersucht werden.

Frage von J. W., Wallisellen:Welche Trainingsmethode ist effizienter: Laufbandtraining oder Gehen/Marschieren im Feld? Und welches sind die minimalen Trainingszeiten, um einen Therapie-Effekt zu erzielen?

21:43:17 Antwort von Prof. Hugo Saner:Beide Trainingsarten sind im Prinzip gleichwertig. Auf dem Laufband läuft man aber im allgemeinen intensiver. Die minimale Trainingszeit pro Einheit für einen guten Langzeiteffekt ist 12-15 min, die ideale Trainingszeit 30-45 min. pro Tag

Frage von H. K., 6244 Nebikon:hallo, nehme seit 8 Monaten das Krebsmedikament Nexavar. Beim längeren walken schmerzen meine Unterschenkel wie in der Sendung beschrieben. Kann das Medikament Ursache sein.

21:45:15 Antwort von Prof. Hugo Saner:Es gibt Krebsmittel, die ähnliche Beschwerden machen können. Leider kenne ich aber das Nexavar nicht.

Frage von J. Z., Hägendorf:Zu meiner Frage: Bin 79 der Venologe sagt, dass die Vene unbedingt herausoperiert werden, würden Sie das in meinem Alter noch ausführen, es sind keine Schmerzen da. Mache Nordic walking und auch längere Wanderungen.

21:45:20 Antwort von PD Christina Jeanneret:Wenn keine Beschwerden da sind und sie nicht unter den Kranpfadern leiden würde ich ihnen empfehlen keinen Eingriff machen zu lassen, vielleicht brauchen sie ja ihre Venen noch für allfaellige Bypassoperationen

Frage von h. v., kappelen:bei meine mutter 73 ,habe ich gemerkt ,dass sie immer wieder stehen bleibt.sie klagt über schmerzen in den Oberschenkeln.sie ist seit 24 jahren diabetikerin,aber immer gut eingestellt.am herzen hat sie schon ballöntlet mit stents.müsste sie ev.zu einem gefässspezialisten?

21:46:35 Antwort von PD Christina Jeanneret:Ja das empfehle ich Ihnen, bei Patienten mit Diabetes ist die Gefässerkrankung sehr häufig, zumal auch bereits eine Gefässintervention stattgefunden hat.

Frage von M. S., Neuenegg:Für eine Abklärung an wen soll ich mich melden Hausarzt oder Spezialist?

21:46:37 Antwort von Prof. Hugo Saner:Wenn eine angiologische Gefässabklärung nötig ist, würde ich den Rat des Hausarztes einholen, zu welchem Gefässspezialisten sie gehen sollen.

Frage von R. F., Bürglen:Mein Mann hat sporadisch starke Schmerzen im Oberschenkel. Ich habe den Eindruck es ist kälteabhängig (nur im Winter Beschwerden, nur sporadisch) Status nach 2 Herzinfakten, aber fit, Belastungs-EKG sehr gut, Medi: Sortis, Plavix, Aspirin cardio,Lisinopril. Können die Beschwerden ein Arterienproblem sein?? Wie dringend ist Behandlung??

21:48:50 Antwort von Prof. Hugo Saner:Die Schmerzen könnten durch eine Durchblutungsstörung im Beckenbereich bedingt sein, wenn sie belastungsabhängig sind. Wenn das der Fall ist, wäre eine Abklärung durch einen Gefässspezialisten zu empfehlen. Wenn die Schmerzen in Ruhe auftreten, sind sie eher nicht Gefäss-bedingt.

Frage von F. L., Arbon:Ich, 64 Jahre alt, habe vor 4 Jahren mit Rauchen aufgehört, kaue aber Nikotinkaugummi. Kann das zu Problemen führen?

21:49:27 Antwort von PD Christina Jeanneret:Ja das ist leider so, da sie immer noch Nikotin zu sich nehmen, das kann zu Gefässspasmen = Gefässkrämpfen führen insbesondere wenn sie viele Kaugummis kauen (> 6 pro Tag)

Frage von W. T., 8955 Oetwil a/L:Ich korrigiere meine Blutfettwerten zu Handen von Prof Hugo Saner wie folgt: Cholesterin 5.4, HDL 1.29, LDL 3.8 Ratio 4.2. Meine frage bezüglich Therapiexxxxxxxx Therapie bezieht sich insbesondere auf das erhöhte LDL

21:51:30 Antwort von PD Christina Jeanneret:LDL und Cholesterin ist immer noch zu hoch (Rücksprache mit Prof Hugo Saner, der neben mir sitzt)wir empfehlen eine Therapieanpassung

Frage von M. S., Corseaux:bin 69 und 85 kg. Spaziere jeden Tag mit meinem Hündchen 2x mindestens 1/2 Std. Was kann ich tun ausser ständig Schmerztabletten nehmen? Danke für Ihren Rat.

21:51:46 Antwort von Prof. Hugo Saner:Aus ihrer Schilderung geht nicht hervor, wo und warum sie welche Schmerzen haben.So kann ich Ihnen leider keinen guten Rat geben. Auf jeden Fall machen sie es aber super, dass sie so mit ihrem Hund täglich spazieren gehen. Ich wünsche Ihnen von Herzen alles Gute.

Frage von R. T., 8143 Stallikon:Habe seit ca. 2 Monaten kleinere Krämpfe in den Waden aber auch in den Oberschenkeln. Beim Laufen wird es besser jedoch nachts im Bett weiss ich jeweils nicht, wie ich die Beine lagern soll (nehme Kissen) und

21:52:32 Antwort von PD Christina Jeanneret:Das emtspricht eher nicht einer arteriellen Durchblutungsstörung, sondern um das Phaenomen der "unruhigen Beine", ich empfehle ihren Hausarzt zu konsultieren

Frage von S. S., 4054 Basel:Ich habe immer wieder ein taubes gefühl in meinen Schienbeinen.War beim Angiologen vor ein paar Monaten, man hat aber nicht gefunden.Hatte vor 5 Jahren ein Bandscheibenvorfall mit Ischias.

21:54:26 Antwort von Prof. Hugo Saner:die Beschwerden hängen am ehesten mit Ihrer Lendenwirbelsäule resp. mit einer Nervenkompression zusammen und nicht mit einer Durchblutungsstörung.

Frage von H. Z., 9477 Trübbach:Im Jahre 2007 erhielt ich vom Kantonsspital SG, als letztees mögliches Mittel das Interferon, 10 Spritzen die selbst machen sollte, nach vorangegangenen OP der Leber wegen Krebs. Nach 5 Spritzen hatte ich derartige Schmerzen in den Knien, sodass ich den Rest entsorgte. Seitdem habe ich die gleichen Symptone, wie die "Schaufensterkrankheit" Ansonsten geht es mir "gut" dies nach total umgestellter Ernährung. Ist das Interferron daran schuld, ich denke ja. Besten Dank, Hans Zogg

21:56:19 Antwort von PD Christina Jeanneret:Interferon kann selten tatsächlich zu Arteriosklerose führen, allerdings nicht nach 5 Injektionen. Knieschmerzen sind auch nicht typisch für eine Arteriosklerose. Die Vorteile der Interferontherapie überwiegen jedoch, halten sie unbedingt Rücksprache mit ihrem behandelnden Tumorspezialisten bevor sie die Therapie absetzen.

Frage von N. N., Thun:Guten Abend, habe leider nicht alles mitbekommen, welche Massnahmen habe ich gegen Schaufensterkrankheit?

21:57:17 Antwort von Prof. Hugo Saner:Die Risikofaktoren bekämpfen (Rauchen, Fehlernährung, hohes Cholesterin, Bluthochdruck, Diabetes, Stress, Bewegungsmangel) und die optimalen Medikamente nehmen. Am besten ist es, wenn sie ein Rehabilitationsprogramm ambulant über drei Monate dreimal pro Woche besuchen mit Gehtraining im Zentrum. Sie haben soweit ich weiss ein solches Programm in Thun,sonst sicher am Inselspital Bern.

Frage von G. G., 8307 Effretikon:Ich habe jede Nacht Krämpfe in der linken oder rechten Wade. Auch das Fussgelenk schmerzt. Keine Schaufensterschmerzen. Ich esse Magnettabletten. Die nützen aber nicht. Geht das in die gleiche Krankheit.

21:57:23 Antwort von PD Christina Jeanneret:Nein das hat nichts mit der Schaufensterkrankheit zu tun. Die nächtlichen Wadenkrämpfe sind nicht gefährlich, aber sehr lästig und schweirig zu therapieren.

Frage von G. H., St.gallen:Hallo ich habe seit einigen monaten immer schmerzen in den beinen vorallem Oberschenkel. Wenn ich zum beispiel eine treppe hoch gehe brennt es sehr fest so als wäre ich 2 stunden gelaufen. Auch kann ich nicht in die hocke gehen da dann der selbe schmerz auftritt. Kann das auch die schaufensterkrankheit sein?

21:58:57 Antwort von PD Christina Jeanneret:Ich empfehle das Abklären zu lassen, Beckenarterienstenosen können dies Symptome machen. Konsultieren sie ihren Hausarzt.

Frage von R. O., 1874 Champéry:Guten Abend. Bin 67-jährig, Sport treibend das ganze Jahr über (Wandern), im Winter Schifahren/Schneeschuwandern, hatte nie Probleme mit den Beinen, bis ich nun Winterstiefel trug und anschliessend in der Kniekehle und im Wadenbereich des re Beines heftige Schmerzen hatte. Nach drei Tagen und mit Spazieren gehen, wurden die Schmerzen weniger. Kann es sein, dass ich eine Venenverengung habe?

21:59:46 Antwort von Prof. Hugo Saner:Es ist eher wahrscheinlich, dass es sich um ein Problem des Bewegungsapparates handelt. Es ist aber auch möglich, dass der Stiefel in der Kniekehle eingeschnürt hat und zu einer Venenstauung geführt hat, ohne dass eine Venenkrankheit vorliegt.

Frage von A. L., 1134 Vufflens-le-Château:Krämpfe In den Waden können ein Hinweis sein ?
22:00:04 Antwort von PD Christina Jeanneret:Spontane nicht belastungsabhängige Wadenkrämpfe haben NICHTS mit der Schaufensterkrankheit zu tun. Wenn sie aber belastungsabhängig auftreten müssen sie sich abklären lassen.

Frage von F. H., 3603 Thun:Da ich eine Knieprothese habe, bin ich beim Radfahren schmerzfreier als beim laufen. Meine Frage zur Schaufensterkrankheit: nützt auch das Velofahren oder muss es das Lauftraining sein?

22:01:08 Antwort von PD Christina Jeanneret:Das Velofahren nützt leider weniger als das Lauftraining, wenn sie aber wegen der Kniebeschwerden nicht gut trainieren können ist Velofahren immer noch besser

Frage von B. L., Frauenfeld:guten Abend ich habe einen Bewegungsregenerator (Medigym). Es ist wie Velofahren. Hilft das auch zum Vorbeugen? Ich bin 67Jahre jung und habe diesbezüglich keine Beschwerden. Herzlichen Dank für die Antwort

22:01:30 Antwort von Prof. Hugo Saner:Ich kenne das Gerät nicht. Auf jeden Fall ist aber jede Art der körperlichen Aktivität zum Vorbeugen von Gefässerkrankungen geeignet, insbesondere wenn diese ähnlich wie velofahren ist.

Frage von J. I., 4455 Zunzgen:Wenn ich aus der Hocke nach einigen Sekunden aufstehe, kann ich nur mit Mühe wieder aufstehe. Meistens hilft dann ein Schrank,Stuhl usw. Bei wettertiefdruck spüre ich oft in den Beinen einen Druck wie bei der Blutdruckmessung. Dutet dies schon auf ein Venenleiden?

22:01:53 Antwort von PD Christina Jeanneret:Nein, das hat eher mit den Gelenken bzw Ihren Muskeln etwas zu tun

Frage von A. G., Winterthur:Ich habe bereits mehrere Stents in meinen Beinen. Ich werde medikamentös behandelt und versuche jeden Tag mindestens eine halbe Stunde zu laufen. Ist das ausreichend?

22:02:27 Antwort von Prof. Hugo Saner:Eine halbe Stunde pro Tag ist schon sehr gut. Wichtig ist auch, dass sie ja nicht Rauchen und eine gesunde Ernährung einhalten.

Frage von E. T., 4203 Grellingrn:Ich habe jede Nacht Schmerzen in den Beinen. Leide an poly neuropathie ud polymyalgie. Im Mai 12 hatte ich eine Thrombose in der Stammvene. Zudem kommen Herzprobleme (undichte Klappen, Herzerweiterung und Vorhofflimmern) Vom Arzt habe ich Lyrica, Cosaar, Cortison und seit 20 Wo auch noch Methotrexat\ Folsäure wegen den Entzündungswerten im Blut. Ist bei mir ein erhöhtes Risiko für einen Schlaganfall oder Infarkt.

22:04:12 Antwort von PD Christina Jeanneret:Das ist etwas schwierig auszumachen, sie haben mit Sicherheit ein erhöhtes Arteriosklerose Risiko, ob jetzt Herzinfarkt und Schlaganfall drohen kann ich so nicht sagen, ich empfehle ihnen eine Untersuchung der Hirnarterien und allenfalls eine Konsultation beim Herzspezialisten

Frage von P. W., Basel:Ich habe seit ca. 2 Wochen Schmerzen im linken Oberschenkel, eher hinten, dort, wo das Bein beim Sitzen auf der Stuhlkante liegt. Weh macht es aber, wenn ich ganz normal laufe. Manchmal habe ich das Gefühl, es blockiere das Bein. Kann das der Anfang einer Schaufensterkrankheit sein?

22:04:52 Antwort von Prof. Hugo Saner:Es scheint eher ein muskuloskelettales Problem zu sein. Wenn die Beschwerden nicht innerhalb einer bis zwei Wochen deutlich bessern oder wenn andere Beschwerden dazukommen, sollten sie den Hausarzt aufsuchen und ihn um eine Abklärung bitten.

Frage von R. I., Endingen:Ich habe einen Bürojob und mache außer 1 Mal Aquafit in der Woche keinen Sport. Ich bin 50 Jahre alt und habe in der letzten Zeit viel Schmerzen in den Oberschenkeln. Ich habe in der Nacht auch viel den Krampf in den Beinen und auch im Aquafit habe ich Krämpfe in den Füßen. Bin ich bereits gefährdet?

22:05:39 Antwort von PD Christina Jeanneret: Wenn sie keine Risikofaktoren wie Rauchen oder erhöhte Blutfette haben, denke ich eher nicht an eine Schaufensterkrankheit, es handelt sich eher um die gut bekannten nächtlichen Wadenkrämpfe, die schwierig zu therapieren aber harmlos sind.

Frage von H. B., Belp: Ich bin 73 habe vor einem Jahr Herzoperation 6 Beipässe und Herzklappe. Hatte in letzten halben Jahr immer mehr Schmerzen in den Beinen. Die Durchblutung in den Beinen sei Bilderbuchmässig sagte man mir. Da ich schon längere Zeit so unerträgliche Rückenbeschwerden habe, wurde ich in die Schmerzambulanz in Zofingen geschickt, wo ich mit Spritzen an 4 verschiedenen Stellen behandelt wurde, jedoch ohne Erfolg. Es wurde mir gesagt, dass es auch eine Schaufenster Erkrankung vom Rücken aus gibt. Ist das so?

22:07:18 Antwort von PD Christina Jeanneret: Ja das gibt es, die Erkrankung des engen Spinalkanals, hierfür müssten sie eine Rückensprechstunde aufsuchen, fragen sie ihren Hausarzt
Frage von M. R., 9215 Schönenberg an der Thur: Habe im linken Bein eine Durchblutungsstörung konnte noch ca 500 Meter laufen. Wurde vor ca 4 Wochen mit Balon behandelt nachher war es gut, am nächsten Tag war die Vene wieder zu und ich konnte nur noch ca 100 Meter laufen. Nach 5 maligem Gehtraining schaffe ich wieder ca 250 Meter dann ca 10 Min Pause nochmal so viel als Chauffeur keine Zeit für Therapie habe keine Zeit für Zeit für hhabemüsstee eigentlich wieder einmal

22:07:58 Antwort von Prof. Hugo Saner: Eine intensive Risikofaktorenintervention inklusive Gehtraining ist enorm wichtig, sonst geht die Krankheit weiter und es folgt bald das nächste Problem. Eventuell müssen sie auch die Arbeit mit einem Arbeitszeugnis unterbrechen, damit sie Zeit für ein solches Training haben. Die Erkrankung ist so schwerwiegend, dass sie sich die Zeit nehmen müsste.

Frage von A. K., 8713 Uerikon: Zuhause habe ich einen Hometrainer. Funktioniert das Training darauf auch gegen die Schaufensterkrankheit?

22:08:11 Antwort von PD Christina Jeanneret: Ja das ist perfekt, wenn es sich um ein Laufband handelt, ein Velo ist leider weniger gut. Am allerbesten wirkt das Training in Gruppen.

Frage von A. K., 8713 Uerikon: Statt gehen auf einem Fließband, funktioniert es auch auf einem Hometrainer mit dem Training?

22:08:52 Antwort von PD Christina Jeanneret: Laufband = Fließband? Ist besser als Hometrainer

Frage von A. G., Desibach, 8414 Buch a.l.: Ich bin 73, tagsüber immer in Bewegung, mache Aquafit und öfters 30 Min Märsche. Mein Problem: Nachts erwache ich unregelmässig, aber ziemlich oft an Schmerzen in den Beinen/Waden. Tagsüber kein Problem - .

22:09:23 Antwort von Prof. Hugo Saner: Es handelt sich praktisch sicher um kein Problem der Gefässe. Versuchen sie einmal hoch dosiert Magnesium zu nehmen, wenn sie das noch nicht gemacht haben.

Frage von A. B., 8424 Embrach: Linken Wade, bei Brührung hinten wie elektr. Stoss. Nach dreistündiger Wanderung, oder länger, verfärbt sich die Haut orange bis dunkelrot. Hin und wieder ein Stechen, auch in der Lende

22:09:51 Antwort von PD Christina Jeanneret: Das passt nicht zu einer Schaufensterkrankheit.

Frage von H. V., Lohnstorf: Ich bin jetzt 56 Jahre alt. Mit 40 habe ich die Diagnose PAV erhalten, mit 44 aufgehört zu Rauchen. Cholesterin + Blutdruck sind mit Medikamenten reguliert. Ich hatte drei Eingriffe mit Ballon mit 5 eingesetzten Stents. Als Hundehalter hatte ich immer ein gewisses Gehtraining. Seit zwei Jahren gehe ich konsequent jede Woche fünf bis sechs mal drei Kilometer (flach, mit Stöcken). Trotzdem kann ich keine 15 Treppenstufen laufen - ich bin sehr frustriert. Was gibt es noch für Möglichkeiten?

22:11:00 Antwort von PD Christina Jeanneret: Dafür müsste ich Ihre Gefässsituation kennen, in jedem Falle würde aber ein supervidiertes Gehtraining in Gruppen helfen.

Frage von H. V., Lohnstorf: Ich bin jetzt 56 Jahre alt. Mit 40 habe ich die Diagnose PAV erhalten, mit 44 aufgehört zu Rauchen. Cholesterin + Blutdruck sind mit Medikamenten reguliert. Ich hatte drei Eingriffe mit Ballon mit 5 eingesetzten Stents. Als Hundehalter hatte ich immer ein gewisses Gehtraining. Seit zwei Jahren gehe ich konsequent jede Woche fünf bis sechs mal drei Kilometer (flach, mit Stöcken). Trotzdem kann ich keine 15 Treppenstufen laufen - ich bin sehr frustriert. Was gibt es noch für Möglichkeiten?

22:11:01 Antwort von PD Christina Jeanneret: Dafür müsste ich Ihre Gefässsituation kennen, in jedem Falle würde aber ein supervidiertes Gehtraining in Gruppen helfen.

Frage von B. F., Horw: Meine Mutter hatte schon ab ca. Alter 65 verengte Venen und den ersten Herzinfarkt. Ich bin unterdessen 62 und habe oft Wadenkrämpfe und hier und da ein Ziehen in den Beinen, aber eher nachts beim Liegen. Ich dachte bis jetzt, es sei nur ein Magnesiummangel. Könnte ich die verengten Venen geerbt haben?

22:12:07 Antwort von Prof. Hugo Saner: Ihre Beschwerden kommen fast sicher nicht von einem verengten Gefäss. Wenn die Mutter schon früh einen Herzinfarkt hatte, ist aber sicher trotzdem eine intensive Risikofaktorenabklärung durch den Hausarzt nötig. Bei erhöhtem Cholesterin müsste man bei erblichen Fettstoffwechselstörungen medikamentös prophylaktisch behandeln.

Frage von J. M., 6102 Malters: Habe viel kalte Füsse. Kann das auch auf diese Fensterkrankheit hinweisen?

22:12:19 Antwort von PD Christina Jeanneret: Nein, das sind eher Gefässspasmen = Gefässkrämpfe. Schaufensterkrankheit tritt belastungsabhängig auf.

Frage von H. R., 4123 Allschwil: Guten Abend, ich habe manchmal nachts im Bett unruhige Beine, die mich zum Aufstehen zwingen. Tagsüber ist nichts bemerkbar. Ich bin Nichtraucherin, treibe mässig Sport und bewege mich täglich draussen. Mein Alter: 72 Jahre alt. Sollte ich mich deswegen zu meinem Hausarzt begeben? Danke für Ihren Rat.

22:14:21 Antwort von PD Christina Jeanneret: Sie leiden unter dem "Restless legs Syndrom" = Syndrom der unruhigen Beine, hier kann Ihnen eine Fachärztin für Neurologie weiterhelfen, lassen Sie sich von Ihrem Hausarzt beraten und weiterweisen.

Frage von B. S., Therwil: Guten Abend Ich habe oft Schmerzen in den Beinen, aber die werden, wenn ich mich dann ruhig verhalte schlimmer, also nicht besser, was könnte das sein. Ich bin 70 Jahre alt. Vielen Dank. B. Schlecht

22:15:37 Antwort von PD Christina Jeanneret: Tönt nicht nach einer Durchblutungsstörung, ich empfehle Ihnen eine Konsultation beim Hausarzt um dem Problem auf den Grund zu gehen.

Frage von A. I., Liestal: Vielen Dank für Ihre Antwort. Ich möchte noch anfügen, dass ich an Morbus Crohn leide und im Juli dieses Jahres ein Stück vom Dickdarm entfernt wurde. Ich mache einmal pro Woche Yoga und gehe Schwimmen. Beim Yoga habe ich nie Schmerzen und beim Schwimmen gehe ich über die Schmerzen hinaus. Mein Hausarzt hat mir empfohlen, beides nicht mehr zu tun und eben die Operation befürwortet. Bei welchem Spezialisten kann ich eine Zweitmeinung einholen?

22:17:18 Antwort von Prof. Hugo Saner: Das richtige Vorgehen in Ihrer Situation ist tatsächlich schwierig zu wählen. Wenn die Durchblutung in den Beinen nicht gefährdet ist und Sie gut schwimmen können, ist ein Training wahrscheinlich gleichwertig mit der Operation. Eine Zweitmeinung könnten Sie z.B. bei meiner Kollegin im Chat und Gefässspezialistin Frau Dr. Jeanneret am Bruderholzspital einholen.

Frage von F. V., 1806 St-Legier: Ich nehme seit meiner By-pass vor 15 Jahren, Operation am Herzen Simtron. Dies könnte vorbeugend gegen Schaufensterkrankheit wirken. Stimmt? Ich werde am 10. Januar ein Knieprothese bekommen, nehme Dafalgan und Targin, habe abends prikelnde Beine, die ich mit einer heissen Douche zu verbessern versuche. Eine Hinweis auf den Schaufensterkrankheit?

22:17:40 Antwort von PD Christina Jeanneret:ad Sintrom und Schaufensterkrankheit: Nein das kann leider die Arteriosklerose nicht verhindern ad Prickelnde Beine: Nein das entspricht nicht der Symptomatik einer Schaufensterkrankheit

Frage von m. r., 9215 schönenberg an der thur:frage zahlt die krankenkasse(swica)eventuell etwas an ein laufband? danke

22:18:32 Antwort von PD Christina Jeanneret:Nein leider nicht, aber sie zahlt die Gehtrainingstherapie in Gruppen die an Gefässzentren angeboten wird.

Frage von E. T., 4203 Grellingrn:Bin erst Ende Nov. beim Herzspezialisten zur Nachkontrolle gewesen. Sorge machen mir die starken Schmerzen trotz Lyrica.mache auch Steppen uns Hometrainer zu Hause.

22:19:44 Antwort von PD Christina Jeanneret:wenn es sich um belastungsabhängige Beinschmerzen handelt müssen sie die Beindurchblutungs abklären lassen, Hometrainer hilft da leider nicht effizient

Frage von W. R., Solothurn:Wenn Ich ca eine Stunde normal gehe kommt fast wie aus dem Nichts plötzlich ein Schmerz in meinem rechten Bein,es fühlt sich an wie wenn heisses Wasser über das Bein hinunterlaufen würde. mein Arzt hat mir geraten entweder mich kurz in die Knie zu stellen oder abzusetzen auf einen Stuhl.Nach ca. 1 Minute ist der Schmerz vorbei und ich kann weiterlaufen.Das gleiche kommt aber auch vor wenn ich zum Beispiel eine halbe Stunde am Ort stehe oder bei einem Museenbesuch. Bitte um mögliche Ursachen zu e

22:19:55 Antwort von Prof. Hugo Saner:Es ist auf jeden Fall unwahrscheinlich, dass eine Durchblutungsstörung in den Beinarterien Ursache ihrer Beschwerden ist. Es scheint sich eher um ein mskuloskelettales zu handeln, ev. auch um einen Nervenschmerz, z.B. ausgehend von der Wirbelsäule.. Wenn die Beschwerden bleiben, ist eine weitergehende Abklärung zu empfehlen.

Frage von h. B., luzern:Bin 87 170 cm 70kg laufe jeden Tag min 40 min.und ca 40 min au f dem Hometrainer.Habe in beiden Waden Schmerzen , aber erst nach dem Gehen, besonder dann im stehen, mit Schmerzen im Lendenbereich.Könnte das ev ein Wirbelproblem sein ?Lendenbereich Wirbelproblem

22:20:46 Antwort von Prof. Hugo Saner:Es handelt sich wie Sie selber denken eher nicht um eine Durchblutungsstörung der Arterie.

Frage von M. B., 6460 Altdorf:Guten Abend, Ich habe eigentlich keine Schmerzen in den Beinen, auch bei sehr langen Exkursionen über Stock und Stein (Pilze suchen). Hingegen plagen mich sporadisch starke Wadenkrämpfe nacht im Bett, auch an Tagen wo ich praktisch nur am Pult sitze. Hat diese auch mit Gefässkrankheiten zu tun.

22:20:53 Antwort von PD Christina Jeanneret:Nächtliche Wadenkraempfe haben NICHTS mit einer Schaufensterkrankheit zu tun. Sie sind leider schwierig zu behandeln aber auch harmlos.

Frage von H. G., 8304 Wallisellen:Ich habe an beiden Oberschenkeln in unterschiedlicher Höhe, leicht taube Stellen, Durchmesser ca. 12cm. Keine Schmerzen, aber zeitweise kribbeln. Was sollte ich unternehmen. Mein Hausarzt meint, es ist noch nicht weiter schlimm, es sind wohl Druckstellen vom Liegen. Mein Alter: 71 Jahre Gewicht: 85kg, eher unsportlich, ausser gelegentlichen Spaziergängen.

22:22:38 Antwort von Prof. Hugo Saner:Es handelt sicher mit grosser Wahrscheinlichkeit nicht um eine Durchblutungsstörung. Eine intensivere Abklärung z.B. durch einen Neurologen erscheint angezeigt, wenn die Beschwerden nicht verschwinden.

Frage von Y. A., Bremgarten:Kann anstelle eines Laufbandes auch ein Hometrainer (Velo) als Therapie eingesetzt werden ?

22:23:58 Antwort von Prof. Hugo Saner:Zur Verbesserung der Durchblutung der Beine ist ein Gehtraining deutlich wirksamer als ein Training am Hometrainer.

Frage von a. k., 8713 uerikon:im rücken und das bain hinunter bis zum fuss habe ich starke schmerzen.gehen kann ich nur mit mühe.vom arzt bekam ich nur schmerztabletten.

22:24:59 Antwort von PD Christina Jeanneret:Dann sollten sie einen Rückenspezialisten konsultieren, ich denke an einen Bandscheibenvorfall, es ist wichtig dass sie auf den Zehenspitzen und den Fersen gehen können, wenn dem nicht so müssen sie notfallmässig zu einem Rückenspezialisten

Frage von A. Z., WEiningen:Habe ständiges Kribbeln in den Waden und Füssen. Aber auch die Schmerzen in den Waden treten immer häufiger auf auch morgens beim Aufwachen sowie beim Laufen. Meine Achillessehnen sind entzündet und geschwollen. Der Arzt hat mir Dehnübungen und Schmerzpflaster verschrieben. Sollte ich die Probleme anderweitig abklären oder nur die Anweisungen des Arztes befolgen?

22:25:50 Antwort von Prof. Hugo Saner:Es ist sehr unwahrscheinlich, dass die Symptomatik durch eine Durchblutungsstörung bedingt ist. Es scheint sich eher um die Folge einer Nervenkompression zu handeln. Wen die Beschwerden nicht bessern, muss entsprechend weiter abgeklärt werden.

Frage von A. R., Altdorf:Mein Vater hatte vor ca. 1 Jahr eine Neuritis vestibularis. Es wurde dabei auch eine pavk Ila links und I rechts diagnostiziert. Zusätzlich hat mein Vater auch Diabetes mellitus Typ 2. Komischerweise klagte er nie über Schmerzen beim Laufen. Hat Diabetes einen Einfluss aufs Schmerzempfinden? Es ist ihm auch öfters schwindlig. Zurückzuführen auf eine schlechte Durchblutung im Ohr. So geht er in letzter Zeit wenig Laufen. Zusätzlich klagt er, dass er sich schwach auf den Beinen fühlt. Was ist das

22:28:53 Antwort von Prof. Hugo Saner:Es ist tatsächlich so, dass bei Diabetes die Schmerzempfindung fehlen kann oder nur sehr gering ausgeprägt ist. Es ist enorm wichtig, dass bei ihrem Vater eine gezielte Risikofaktorenintervention kombiniert mit einem Bewegungsprogramm und einer guten Einstellung des Blutzuckers erfolgt.

Frage von M. G., Truttikon:würde sie sagen es ist gut wenn ich 3 bis 4 mal wöchentlich für 1-2Stunden draussen gehe oder wäre es sinnvoller ein Trainingsprogramm in einer Physio zu beginnen und unter Beobachtung zu trainieren. Mit dem Crosstrainer trainiere ich bereits 3x die Woche ca 20 Min und habe das Gefühl es tut gut und ich habe auch nie Schmerzen dabei. Beim gehen draussen aber schon nach einer gewissen Zeit. Ich habe in beiden Beinen schon Stents.

22:31:39 Antwort von Prof. Hugo Saner:Sie sollen so trainieren, dass es Ihnen auch Spass macht. Auf jeden Fall ist das Gehtraining sei es am Laufband oder im Freien sehr wichtig. Wenn ihr Herz gut ist, brauchen sie für das Training keine spezielle Ueberwachung.

Frage von E. B., 7212 Seewis:Guten Abend - es wurde bei mir vor etwa 2 Jahren eine Abklärung gemacht. Ich habe verengte Gefässe in den Beinen, aber die Ärztin sagte mir, man könne das schon operieren, aber es sei nicht unbedingt nötig. Von einer Gehtherapie war nicht die Rede. Nun meine Frage: Kann man durch tägliches Spazieren das Gehtraining ersetzen? Spazieren die Gehtherapie ersetzen?

22:31:53 Antwort von PD Christina Jeanneret:Leider ist das überwachte Gehtraining die wirklich effiziente Therapie. Esaere ideal wenn in ihrer Nähe eine entsprechende Physiotherapie angeboten wird. Fragen Sie in Chur in der Angiologie diesbezüglich nach.

Frage von f. g., Aegerten:Schaufensterkrankheit Vorbeugend - wenn die Beine mit 68 schwerer werden - ist es sicher sinnvoll, viel zu laufen. Wie ist es aber mit Velofahren?

22:32:45 Antwort von Prof. Hugo Saner:Zum Vorbeugen ist Velofahren gleichwertig mit Laufen. Wenn eine Schaufensterkrankheit vorhanden ist, dann ist ein Gehtraining therapeutisch besser.

Frage von H. S., 8842 Unteriberg:Ich bin 66 Jahre alt und habe PAVK. Nach etwa 1 Std steiler Bergwanderung (300 Höhenmeter) werden die Beine gefühllos. Wenn ich stehenbleibe wird mir sofort schwindlig. Also muss ich entweder absitzen oder langsam weiter wandern. Nach der Tour

messe ich einen tiefen Blutdruck (z.B. sys/dia 78/54, Puls sehr hoch 95). Zudem ist das Verhältnis des Höchsten Sys am Arm zu den Füßen ca. 0.7. Also eindeutig PAVK. Was kann ich machen?

22:34:42 Antwort von PD Christina Jeanneret:Es muss eine klare Diagnose erfolgen mit Lokalisation der Durchblutungsstörung, einige Dinge passen aber nicht zur Schaufensterkrankheit wie die Gefühllosigkeit. Unklar ist auch ihr tiefer Blutdruck nach Belastung. Ich empfehle ich Ihnen eine Konsultation bei einem Gefässspezialisten

Frage von F. V., Thun:Ich nehme Medikamente wie Crestor,Fluvastatine gegen Cholesterin. Alle Medkamente haben starke Nebenwirkungen. Wie gefährlich ist diese Langzeittherapie? Ist zusätzlich auch z.B. Aspirin notwendig?

22:35:00 Antwort von Prof. Hugo Saner:Ein Statin gegen das Cholesterin ist enorm wichtig und senkt das Risiko eines Fortschreitens der Krankheit um rund einen Drittel. Die Langzeittherapie mit einem Statin ist aus heutiger Sicht nicht gefährlich. Wenn Arterienverkalkungen vorhanden sind, senkt Aspirin das Risiko einer Gefässkomplikation nochmals deutlich weiter.

Frage von J. H., 8596 Scherzingen:ich bin 72J.weiblich, gsund,ohne übergewicht mit guter beweglichkeit. Walken und noch im Frauentv.aktiv.Meine Frage.Ich leide öfters an Beinkrämpfen.Hauptsächlich nachts.Nehme dann Magnesiumund versuche etwas mehr zu trinken.Kann das anzeichen der Schaufensterkrankheit sein.Meine Mutter hate die selben Probleme.Ist aber mit 86.gestorbrn an Herzvers.

22:37:11 Antwort von Prof. Hugo Saner:Nächtliche Beinkrämpfe sind praktisch nie durch eine Durchblutungsstörung der Beine bedingt. Wenn die Mutter "erst" mit 86 Jahren an einem Herzproblem gestorben sind, ist eine erbliche Störung unwahrscheinlich.

Frage von m. e., interlaken:Ich bin 70. Ab und zu hab ich gegen Morgen Krampf im rechten Bein (rechts unten)Ist dies ein Sympton einer Schaufensterkrankheit? Hilft Magnesium?

22:38:06 Antwort von Prof. Hugo Saner:Diese Art Krämpfe ist praktisch nie Zeichen einer Schaufensterkrankheit. Magnesium hilft in solchen Fällen häufig.

Frage von H. J., Weisslingen:Frage: Nach MRI von Hüfte und von Lendenwirbelsäule ist noch immer nicht ganz klar, ob die Hüft und Wadenschmerzen von verengtem Nervenkanal LS4/5 mit doppeltem Bandscheibenvorfall oder Gefässerkrankung herkommen. Rückenspezialist möchte Nervenwurzel-Infiltration an 4 verschiedenen Punkten machen. Ich bin aber der Meinung, dass zuerst ein Angiologe abklären sollte, obe es sich nicht um eine Gefäss-Erkrankung resp. Schaufensterkrankheit handelt. Wie sehen Sie die Reihenfolge der weiteren Abklärung

22:38:22 Antwort von PD Christina Jeanneret:Ich denke eher, dass sie eine Rückenproblematik haben. Die Durchblutungsstörung kann in diesem Fall einfach gesucht werden mit Puls tasten und Druckmessen am Knöchel, das kann Ihr Hausarzt tun.

Frage von U. B., 8057 Zürich:Mich schmerzen oft die Kniekehle nach unten und habe auch viel nachts der Wadenkrampf.Ich Schwimme viel mache spezielle Beinübungen und nehme Magnesium ein.Sollte ich auch Stützstrümpfe tragen und soll ich zum Arzt, zum allgem. oder zum Spezialist.Ich bin 68 Jahre alt.

22:39:36 Antwort von Prof. Hugo Saner:Ihre Schmerzen sprechen nicht für eine Durchblutungsstörung der Beine. Wenn das Problem an den Venen liegt, sind Stützstrümpfe meist angezeigt. Besprechen sie das doch mit ihrem Hausarzt.

Frage von A. L., Flawil:Beim lengerem Sitzen Bei Vorträge o.Veranstaltungen habe ich mühe beim aufstehen in der Kniekehle am linken Bein Nach 20-30 Sekunden is der Schmeiz weg. Beim laufen oder Stehen habe ich keine Probleme alter 83

22:40:28 Antwort von Prof. Hugo Saner:Die Beschwerden sind praktisch sicher nicht durch eine Durchblutungsstörung der Beine bedingt und nicht gefährlich.

Frage von W. R., Solothurn:Herr Prof. Saner. Ich danke für Ihre Antwort und muss nun noch nachträglich eine Mitteilung machen auf die Antwort. Ich hatte im Jahre 1974 einen Unfall als Insasse in einem Auto wo ich mit in der Wirbelsäule ein Fraktur erlitten habe (Ein Wirbel wurde zu einer Keilwirbel zusammengedrückt) . Kann dies nach so vielen Jahren eine Auswirkung haben ? Besten Dank

22:41:33 Antwort von Prof. Hugo Saner:das kann tatsächlich auch nach vielen Jahren eine Auswirkung haben. Eine entsprechende Abklärung ist wahrscheinlich sinnvoll.

Frage von B. D., Thierachern:In der letzten Zeit habe ich in der Nacht ab und zu Wadenkrämpfe. Auch habe ich nach kurzer Zeit in der Kälte oftmals kalte Zehen. Ich bewege mich nicht wenig und treibe oft Sport. Aus einer früheren Überbelastung durch Sport leide ich an mehreren Gelenken an Arthrose.

22:43:46 Antwort von PD Christina Jeanneret:Hier handelt es sich nicht um eine Schaufensterkrankheit. Die nächtlichen Wadenkrämpfe sind ungefährlich, aber mühsam.

Frage von D. N., Goldach:Mein Vater hat öfters Schmerzen, wenn er länger draussen spazieren geht. Nun hat meine Mutter heute in der Sendung Puls gesehen, dass es sinnvoll wär, wöchentliche Trainings auf dem Laufband zu absolvieren. Mein Vater jeden Tag zwischen 1 und 1 1/2 Stunden laufen. Ist das zuviel? Was kann er sonst noch machen, um einer Operation ausweichen zu können? Ganz herzlichen Dank für ihre Antwort.

22:45:49 Antwort von PD Christina Jeanneret:Zuerst sollte man eine klare Diagnose haben, hierfür braucht man eine Blutdruckmessung am Knöchel und allenfalls eine Ultraschalluntersuchung. Je nach Befund muss die Therapie angepasst werden. Prinzipiell gilt man kann nicht zu lange laufen...

Frage von C. B., Zürich:geb. 1937; pAVK-Diagnose vor 3 Jahren; schmerzfreie Gehstrecke ca. 200m; Medi: tägl. 1x1 Cardiax ASS 100mg, 2x1 Tebokan 120, 3x2 Padmed Circosan; regelm. Blutdruck-, Puls-, Gewichtskontrolle. Alles Norn malbereich. Fragen: Wo in Zürcher Klinik Gehtraining? Kosten? Krankenkassenpflichtig? Für Antworten besten Dank im Voraus. Gruss, C.B.

22:48:18 Antwort von PD Christina Jeanneret:Gehtraining wird in der Angiologie im Universitätsspital Zürich angeboten. Die Krankenkassen übernehmen die Kosten. Ich empfehle Ihnen das Training wärmstens, unsere Erfahrungen im Bruderholzspital sind sehr gut. Unsere Trainingsgruppe ist immer ausgebucht.

Frage von H. G., Horgen:Ich leide unter PAVK Stadium II. seit einigen Jahren, zunehmend von Jahr zu Jahr. Heute kommen die Schmerzen schon nach 50 Meter, vor allem im Beckenbereich. Laut ongiologischem Untersuch bestehen Stenosen in der A.iliaca bds. und A.femoralis. Letztere Stenose wurde schon 3 mal mit PTA dilatiert. Gehtraining hat bis heute nichts ergeben. Interessanterweise habe ich in Höhen ab 1300m keine Beschwerden, haben Sie hierfür eine Erklärung? Kann man die A.iliaca auch dilatieren?

22:48:27 Antwort von Prof. Hugo Saner:Viel wichtiger als eine Dilatation (die auch an der Arteria iliaca möglich ist) ist es, das Fortschreiten der Arteriosklerose zu stoppen. Dies gelingt nur durch eine optimale Risikofaktorenintervention kombiniert mit einer medikamentösen Therapie und Lebensstilveränderungen, z.B in einem speziellen Rehabilitationsprogramm. Ueberlegen und besprechen sie mit dem Hausarzt ihre Risikofaktoren und gehen Sie diese ganz energisch an!

22:58:10 Chat-Moderatorin Helwi Braunmiller: Der Chat zum Thema Schaufensterkrankheit ist beendet. Vielen Dank für Ihr Interesse!

Experten im Chat

Frau Dr. Christina Jeanneret

Chefärztin Angiologie

Kantonsspital Bruderholz

<http://www.bruderholzspital.ch/fachbereiche/medizin/angiologie.cfm>

Dr. Hugo Saner

Leitender Arzt Kardiologie

Inselspital Bern

<http://www.kardiologie.insel.ch/de/patienteninfo/ueber-uns/team/prof-hugo-saner/>