



L'Hospital Universitari de Mataró disposa d'un equip format per metges vasculars i personal d'infermeria que tracta els pacients amb varius. A cada persona se li aplica el tractament més adequat segons la seva situació i el tipus de varius.



"He notat molt canvi a la cama dreta i estic desitjant que em punxin a l'esquerra", Celia Díaz

De més jove treballava de perruquera i passava moltes hores dreta. Això, entre altres coses, ha fet que des de fa anys arrossegui un problema de varius a les dues cames.

Tot i l'exercici diari que faig, les cames no milloraven i al mes de maig em van fer un tractament d'escleroteràpia a la cama dreta. Va ser molt ràpid i indolor i el canvi ha sigut brutal, millorant moltíssim el cansament i del dolor.

Ara estic esperant que em punxin a la cama esquerra i que vagi igual de bé. Mentrestant, continuo amb la natació i utilitzant mitges compressives.



Cuida la teva salut... i segueix aquests consells per prevenir o alleujar les varius:



Camina cada dia



Mou els peus si estàs assegut molta estona



Utilitza mitges compressives si tens predisposició



Cuida l'alimentació i mantén un pes saludable



Evita els banys molt calents i l'exposició solar prolongada



Evita els talons alts o les sabates molt planes



Dorm amb les cames lleugerament elevades



Evita el tabac i l'alcohol



Sabies que... les varius no són només un problema estètic, ja que també poden causar dolor, inflamació, sensació de pesadesa, rampes i, fins i tot, úlceres o tromboflebitis.

300 maresmencs passen cada any pel quiròfan per eliminar les varius. Molts altres fan diferents tractaments per combatre aquest problema.

Què són?



Les varius són venes superficials dilatades que han perdut la seva capacitat de retornar la sang al cor. Solen aparèixer a les cames i poden causar molèsties, dolor o problemes estètics. Són una malaltia venosa crònica i progressiva que pot empitjorar si no es tracta.

Prevalença

1 de cada 4 persones adultes en pateix.



Són més freqüents en dones i a partir dels 40 anys.

Factors de risc



Herència



Embaràs



Sedentarisme



Obesitat



Passar moltes hores dret o assegut

Tractaments



Mitges de compressió

Escleroteràpia: tancament de venes mitjançant injeccions



Làser vascular



Cirurgia: per a varius importants o complicacions