

Как сохранить красивые и здоровые ноги

Хотели бы вы иметь красивые ножки без «звёздочек» и синих вен, со здоровыми сосудами и венозными клапанами, без ощущения усталости и тяжести?

Конечно хотели бы!

Почему «вылезают» вены?

Запускающими факторами заболевания становятся чрезмерная физическая нагрузка, определенные виды спорта, статические нагрузки (в зоне риска повара, парикмахеры, водители), беременность, хроническая интоксикация, инфекционные заболевания. Основными признаками варикоза как правило, являются тянущие боли в ногах, чувство распирания, тяжести, налитости в голени, которое даже при коротком отдыхе и приподнятом положении ног не уменьшается. Появляются отеки стоп, голени, поверхностные вены расширены, боли становятся выраженными, появляются судороги в ногах.



Что делать, чтобы иметь здоровые ноги?

- Делать упражнения для поддержания тонуса мышц, вен и клапанов.
- Ходить не менее 1 часа в день. Движение помогает сокращаться мышцам ног, а тренируя их, вы тем самым тренируете и свои вены тоже.
- Будьте осторожны, если вы долгое время работаете, сидя на стуле. Здесь помогут частые перерывы с любой двигательной гимнастикой.
- При любом удобном случае поднимать ноги выше уровня сердца. Когда спите, можно положить под ноги подушку или валик. Пришли домой, полежите хотя бы 10 минут с ногами, закинутым на стену. Чем чаще вы будете повторять это действие, тем лучше.

Все эти действия способствуют профилактике варикоза, сокращению мышц, улучшению кровообращения,

усилению венозного оттока крови.

Если всё же неприглядные звёздочки стали проявляться и прощупываться, или варикозная болезнь приобрела довольно ярковыраженную устрашающую форму, самое время обратиться к опытному врачу-флебологу, сосудистому хирургу.

Первая специализированная клиника в Иркутске по лечению варикоза лазером является клиника «Варикоза нет» на ул. Верхняя Набережная, 167/5.

Какие современные способы лечения варикоза используют врачи клиники «Варикоза нет»?

СКЛЕРОТЕРАПИЯ - это метод удаления расширенных вен, заключающийся во внутривенном введении специальных препаратов - склерозантов. Пораженная вена как бы «склеивается изнутри» и перестает работать, кровь оттекает по здоровым венам. Процедура безопасна и практически безболезненна.



ЭВЛК (Эндовенозная лазерная коагуляция), известная как лечение варикоза лазером - эффективный, безопасный, надежный, современный и быстрый способ избавления от варикоза. Через мини-проколы на голени в просвет вены помещается световод, присоединенный к лазерному аппарату. Продвижение световода контролируется УЗИ. Включается лазерное излучение, и световод протаскивается по вене, что обеспечивает закрытие пораженной вены.

Сама операция проводится под местной анестезией, среднее время манипуляции 20-30 минут. После ЭВЛК пациент сразу возвращается к привычному образу жизни – не требуется пребывания в клинике. После ЭВЛК рекомендуется прогулка в течение 40 минут, и пациент уезжает домой. Трудоспособность при данном методе не теряется.

Данный способ имеет неоспоримые преимущества:

- Не используется общий наркоз
- Не остаются шрамы и гематомы, так как делается всего один прокол
- Пациент не испытывает болевые ощущения из-за применения местного обезболивания
- Методика не требует долгой реабилитации, через несколько часов можно вернуться к обычному образу жизни

- Практически не имеют осложнений, при соблюдении всех рекомендаций лечащего врача
- Лазерный метод используется даже при трофических язвах.

Какие могут быть осложнения, если не лечить варикозную болезнь?

Усиливаются отеки и кожный зуд, на коже голени появляются трофические расстройства, развивается экзема, затем возникают язвы. ТЭЛА (тромбоэмболия легочной артерии) в большинстве случаев приводит к смерти. Чаще всего причиной ТЭЛА являются тромбы, возникшие в глубоких венах, и чаще всего в глубоких венах нижних конечностей. Именно поэтому необходимо лечить варикозную болезнь вен.



Следите за здоровьем своих ног и не забывайте о профилактических мерах.

Внимание! Только до 31 августа!

Скидки на лечение варикоза лазером в клинике «Варикоза нет»:

20% на 2 венозных ствола

7% на 1 венозный ствол.

Первичный прием врача флеболога 899 руб, УЗИ вен нижних конечностей в подарок!

Наш адрес: г. Иркутск, ул. Верхняя Набережная, 167/5,

Тел. (3952) 798-845, 8914-89-88-189

Сайт: проварикоз.рф

Новости Прибайкалья - в Вайбере. Только эксклюзив! Подписывайтесь!

Читайте нас в Одноклассниках!

Читайте нас в Телеграме!

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [Джем](#)
- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

*Связаться с редакцией Бабра в Иркутской области:
irkbabr24@gmail.com*

Автор текста: **Ярослава Грин.**

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь
Телеграм: [@bur24_link_bot](#)
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова
Телеграм: [@irk24_link_bot](#)
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: [@kras24_link_bot](#)
эл.почта: krazyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: [@tomsk24_link_bot](#)
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: [@babrobot_bot](#)
эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)