

## Len zdravé nohy budú v sukni naozaj krásne



**B**líži sa leto, všetci chceme byť krásni a tešíme sa, že „sukne a nohavice sa konečne skracujú“. Žiaľ, prítomnosť zápalu na úrovni žíl dolných končatín, u niektorých z nás, často už na pohľad signalizujú nenápadné problémy so zvýšenou únavou, bolesťami a ťažobou nôh.

Nežnú časť populácie trápi navyše i estetický aspekt tohto **neprijemného ochorenia** v podobe škaredých **kŕčových žíl**, ktoré potom často úzkostlivo skrývajú pod nohavicami. Otvorené rany, trombózy, pľúcne embólie a potrombotický syndróm sú nočnou morou každého internistu, angiológa. Netreba zabúdať, že už prvé príznaky poškodenia chlopní a cievnej steny môžu byť predzvesťou dlhoročných problémov a spomínaných nebezpečných komplikácií, ktoré so sebou prináša chronické žilové ochorenie a nepriaznivé zmeny fyziológie spätného toku krvi smerom k srdcu. Stále platí, že o vlastné zdravie sa musíme starať. Nielen prevencia a včasná diagnostika, ale aj adekvátna liečba žilového ochorenia sú naozaj namieste. Vieme, že profesionálne spracovanie a využívanie pozitívnych účinkov fytofarmák sa dnes stalo štandardnou súčasťou liečby našich pacientov. Nikto z nás našťastie nepochybuje o priaznivých účinkoch červeného vína na ľudské zdravie.

**Záveru uznávaných štúdií potvrdili**, že účinky niektorých bioaktívnych látok, ktoré navyše pochádzajú z prirodzených zdrojov matky prírody, majú významné protizápalové a pozitívne venotonické účinky. Flavonoidy sa pritom už stali bežnou súčasťou liečby kŕčových varixov. Produkty obsahujúce výťažky kvalitne spracovaných lístkov vínnej révy majú blahodárny účinok na elasticitu a pevnosť cievnej steny. Skúsenosti lekára z praxe len potvrdzujú, že protizápalové a antioxidantné účinky kvercetínu ako ich dôležitej súčasti sa významne podieľajú už po niekoľkých týždňoch liečby na celkovom upokojení a zmiernení bolestí v nohách.



### Milá čitateľka,

produkty s bioflavonoidmi sú bežne dostupné v každej lekárni. V prípade objavenia sa komplikácií venózneho ochorenia nám nezostáva iná možnosť ako odporučiť pokračovanie v perorálnej forme liečby prirodzenými bioflavonoidmi dvomi kapsulami denne. Niektorí pacienti využívajú aj možnosť použitia chladivého gélu Antistaxu s okamžitým upokojujúcim a osviežujúcim účinkom. Môžem potvrdiť, že sa stal, spolu s kompresívnou bandážou, cievnu gymnastikou a prípadne účinnou antikoagulačnou liečbou, súčasťou prevencie a komplexnej liečby pacienta so žilovým ochorením rôzneho štádia.

**MUDr. Igor Vozár, internista**

Viac informácií získate na [www.zdravenohy.sk](http://www.zdravenohy.sk)