



*Τι είναι κίρσοι των κάτω άκρων;*

Οι κίρσοι είναι το αντίτιμο του ανθρώπινου είδους από την όρθια στάση του σώματος που δημιουργεί συνθήκες στάσης του φλεβικού αίματος στα κάτω άκρα.

Είναι γνωστό νόσημα από την αρχαιότητα όπως φαίνεται και από την αναθηματική πλάκα που αφιερώθηκε από ασθενή στον γιατρό του στην αρχαία Αθήνα.





### *Τι είναι κίρσοι των κάτω άκρων;*

Κίρσοι είναι η μόνιμη ανεύρυνση και διάταξη φλεβών του επιπολής φλεβικού δικτύου των κάτω άκρων δηλαδή της μείζονος ή/και της ελάσσονος σαφηνούς φλέβας και των κλάδων



ευρυαγγείες



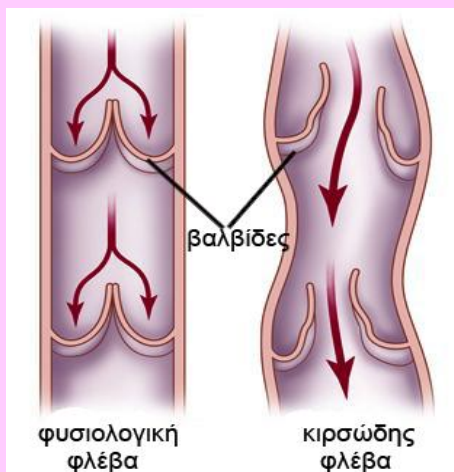
### *Τι είναι οι ευρυαγγείες;*

Είναι μια άλλη μορφή επιπολής φλεβικής ανεπάρκειας που αποτελεί αισθητικό μόνο πρόβλημα. Υπάρχουν συνήθως ακόμα και σε ασθενείς που δεν πάσχουν από κίρσους αλλά πολύ συχνά μπορεί να συνυπάρχουν με αυτούς.

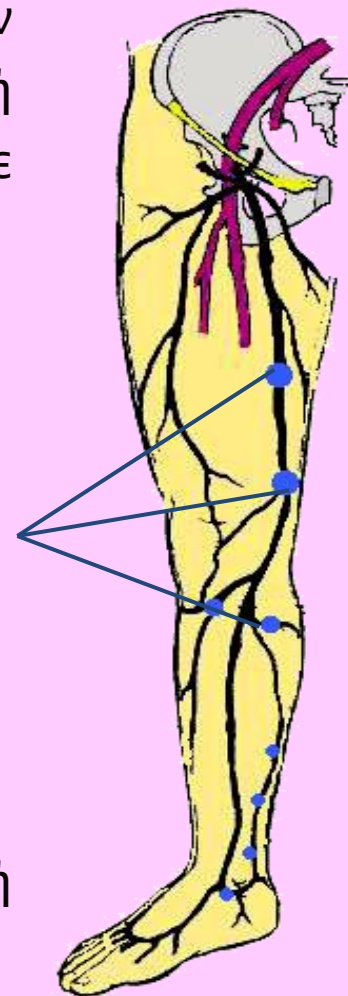


### *Ποια είναι η αιτία δημιουργίας των κιρσών;*

Συνηθέστερη αιτία είναι η βαλβιδική ανεπάρκεια των φλεβών ή/και η ανεπάρκεια των διατιτραίνουσών δηλαδή των φλεβών που φέρνουν σε επικοινωνία τις επιπολής με τις εν τω βάθει φλέβες.



**διατιτραίνουσες**



Σπάνια συνυπάρχει επίκτητη ή συγγενής ανεπάρκεια ή υποπλασία του εν τω βάθει φλεβικού δικτύου.

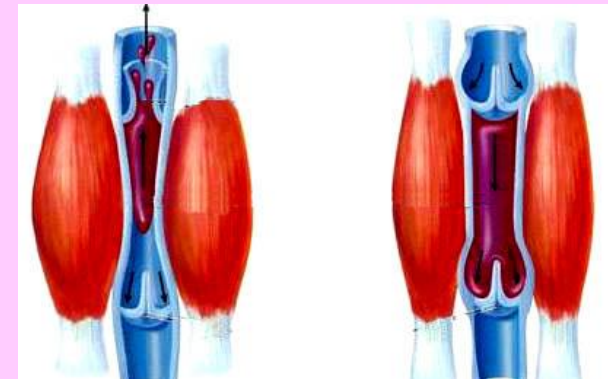


### ***Ποιοι είναι οι προδιαθεσικοί παράγοντες δημιουργίας των κιρσών;***

Οι φλέβες των ποδιών εξωθούν το αίμα προς την καρδιά κάθε φορά που συσπώνται οι μύες του ποδιού ενώ οι βαλβίδες αποτρέπουν την παλινδρόμηση αίματος κατά τη χάλαση των μυών (όπως συμβαίνει στην βάδιση – μυϊκή αντλία)

Κύριοι παράγοντες λοιπόν είναι:

- η παρατεταμένη ορθοστασία χωρίς βάδιση
- η εργασία σε καθιστή θέση
- η κληρονομικότητα (ατελής λειτουργία βαλβιδων)



σύσπαση μυών

χάλαση μυών

Άλλοι σημαντικοί επίσης παράγοντες είναι:

- η κύηση λόγω της ορμονικής επίδρασης στο φλεβικό τοίχωμα
- η παχυσαρκία
- η χρήση στενών ενδυμάτων
- η έκθεση στον ήλιο ή άλλες πηγές θερμότητας



### *Ποια είναι τα συμπτώματα των κίρσων;*

Όπως σε όλα τα νοσήματα υπάρχουν διάφορα στάδια της νόσου:

1. Χωρίς συμπτώματα αλλά με ορατούς κίρσους
2. Αίσθημα βάρους και καυστικού άλγους ιδίως στην ανάπαυση
3. Οίδημα του άκρου και ευαισθησία στην ψηλάφηση κατά μήκος των φλεβών που έχουν κίρσους

#### **4. Στάδιο με επιπλοκές των κίρσων που είναι:**

αρχικά η σκλήρυνση και υπέρχρωση του δέρματος συνήθως πάνω από τον αστράγαλο και αν ο ασθενής μείνει χωρίς θεραπεία η δημιουργία ενός έλκους που δεν θεραπεύεται εύκολα (άτονο έλκος)



**ΜΙΑ ΑΛΛΗ ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΕΠΙΠΛΟΚΗ ΤΩΝ ΚΙΡΣΩΝ ΕΙΝΑΙ Η ΘΡΟΜΒΩΣΗ ΤΟΥΣ**  
(επιπολής φλεβική θρόμβωση - κατάσταση που σπάνια μεν είναι απειλητική αλλά σημαίνει ότι ο ασθενής πρέπει να λάβει θεραπεία)



### *Ποια είναι η θεραπεία των κιρσών;*

Στα αρχικά στάδια η θεραπεία είναι συντηρητική και περιλαμβάνει:

1. Αύξηση της σωματικής άσκησης (βόδιση, κολύμπι)
2. Αποφυγή των καταστάσεων που προδιαθέτουν στη δημιουργία κιρσών
3. Χρήση ιατρικών ελαστικών καλτσών (διάφορες μορφές για γυναίκες και άνδρες)



4. Φαρμακευτική αγωγή  
(που συνήθως δρα μεν ανακουφιστικά αλλά όχι και θεραπευτικά)



### *Ποια είναι η θεραπεία των κίρσων;*

Σε προχωρημένα στάδια με έντονα συμπτώματα ή όταν έχουν εμφανισθεί ήδη επιπλοκές η ορθότερη αντιμετώπιση είναι με χειρουργική επέμβαση και οι τεχνικές που χρησιμοποιούνται είναι:

**Σαφηνεκτομή.** Σε αυτήν την μικρού κινδύνου και διάρκειας (1-1.5 ώρα) επέμβαση που γίνεται συνήθως με τοποπεριοχική αναισθησία, γίνεται αφαίρεση των σαφηνών καθώς και όλων των κλάδων τους που ανεπαρκούν. Ο/Η ασθενής κινητοποιείται συνήθως την ίδια ημέρα και η νοσηλεία του διαρκεί 1 ημέρα.

**Εναλλακτικές επεμβατικές τεχνικές (μικρότερου τραύματος):**

1. **Θερμική κατάλυση με καθετήρα ραδιοσυχνοτήτων ή φωτοπηξίας (Radiofrequency ablation ή Laser ablation)**
2. **Σκληροθεραπεία με αφρό**



*Ποια είναι τα πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα των εναλλακτικών επεμβατικών τεχνικών σε σχέση με την κλασσική σαφηνεκτομή;*

1. Radiofrequency ablation ή Laser ablation

ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ

- γίνονται συνήθως με τοπική αναισθησία με ειδικό καθετήρα
- με λιγότερες ή και χωρίς τομές (καλύτερο αισθητικό αποτέλεσμα;)
- δεν εμφανίζεται αιμάτωμα στην περιοχή της φλεβικής εκτομής – κινητοποιείται ακόμα ταχύτερα ο ασθενής
- έχουν συγκρίσιμα αποτελέσματα με την σαφηνεκτομή σε ασθενείς με ήπιους κίρσους (αρχικών σταδίων)

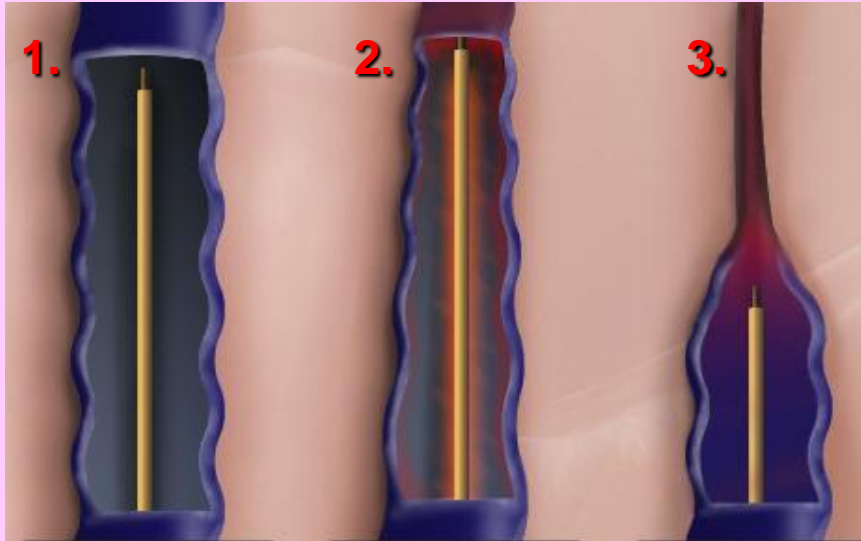
ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ

- έχουν μεγαλύτερο κόστος
- σπάνια μπορεί να εμφανισθεί θερμικό έγκαυμα του δέρματος πάνω από τη φλέβα που συνήθως υποχωρεί γρήγορα
- έχουν κατώτερα αποτελέσματα (και δεν απευθύνονται) σε ασθενείς με προχωρημένους κίρσους / επιπλοκές

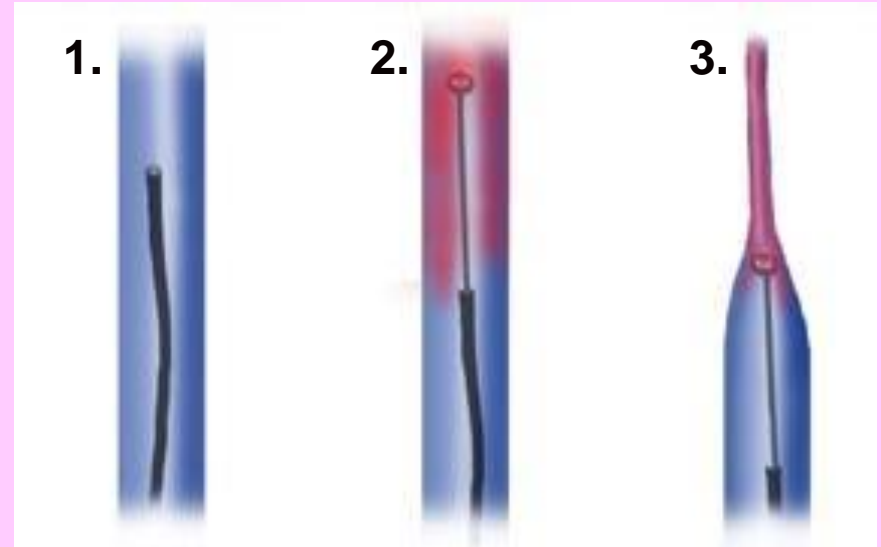




## *Radiofrequency ablation*

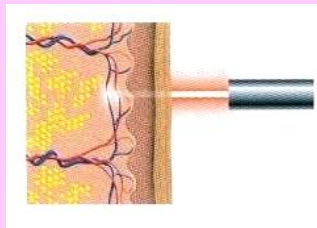


## *Laser ablation*



Και στις δύο τεχνικές εισάγεται ένας καθετήρας στην φλέβα (1), ενεργοποιείται ο καθετήρας που παράγει θερμότητα η οποία καταστρέφει το φλεβικό ενδοθήλιο (2) και στη συνέχεια καθώς απομακρύνεται αργά ο καθετήρας η φλέβα συρρικνώνεται και σφραγίζεται (3).

Κάποιας μορφής Laser στη θεραπεία μικρών



μπορεί να χρησιμοποιηθεί επίσης και ευρυαγγειών (κυρίως στο πρόσωπο)



***Ποια είναι τα πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα των εναλλακτικών επεμβατικών τεχνικών σε σχέση με την κλασσική σαφηνεκτομή;***

**2. Σκληροθεραπεία με αφρό (μέθοδος Tessari)**

Γίνεται με ενέσεις σκληρυντικής ουσίας που έχει αναμιχθεί με αέρα και επιτυγχάνει χημική καταστροφή του φλεβικού τοιχώματος με αποτέλεσμα την απόφραξή του.

**ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ**

- δεν χρειάζεται αναισθησία και νοσηλεία
- έχει μικρό κόστος

**ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ**

- έχει κατώτερα αποτελέσματα από τις άλλες τεχνικές
- μπορεί να εμφανισθεί δυσχρωμία του δέρματος στην περιοχή έγχυσης

Η ΜΕΘΟΔΟΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΦΑΡΜΟΣΘΕΙ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΙΡΣΩΝ ΑΡΧΙΚΩΝ ΣΤΑΔΙΩΝ ΑΛΛΑ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ ΚΥΡΙΩΣ ΣΤΗΝ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΩΝ ΑΠΛΩΝ ΕΥΡΥΑΓΓΕΙΩΝ ΟΠΩΣ ΚΑΙ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΑ ΜΕ ΤΙΣ ΑΛΛΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΣΤΗΝ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΙΚΡΩΝ ΦΛΕΒΙΚΩΝ ΚΛΑΔΩΝ ΓΙΑ ΝΑ ΑΠΟΦΕΥΧΘΟΥΝ ΟΙ ΠΟΛΛΕΣ ΤΟΜΕΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΠΕΜΒΑΣΗ





## **ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΣΘΕΝΕΙΣ**

1. Αποφύγετε την ορθοστασία ή την καθιστική εργασία για ώρες (ιδιαίτερα σε συνδυασμό με έκθεση σε θερμότητα πχ. σιδέρωμα)
2. Βαδίζετε / ασκηθείτε καθημερινά (πολύ ευνοϊκή η επίδραση της κολύμβησης)
3. Μειώστε το σωματικό σας βάρος
4. Αποφύγετε την άμεση έκθεση στην ηλιακή ακτινοβολία και σε άλλες πηγές θερμότητας (π.χ. ζεστό νερό)
5. Χρησιμοποιείτε χαμηλού / μέσου μεγέθους τακούνι (3-4 εκ) και αποφύγετε την ένδυση με στενά ρούχα
6. Χρησιμοποιείτε ελαστικές κάλτσες διαβαθμισμένης συμπίεσης (ακόμα και αν δεν έχετε ορατούς / εκτεταμένους κιρσούς)

**Ο ΑΓΓΕΙΟΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΕΙΝΑΙ Ο ΜΟΝΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΜΕΝΟΣ ΓΙΑΤΡΟΣ ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΜΟΡΦΕΣ ΤΗΣ ΠΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ.**

**ΕΠΙΣΚΕΦΘΕΙΤΕ ΤΟΝ ΓΙΑ ΝΑ ΣΑΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΣΕΙ, ΝΑ ΣΑΣ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΕΙ ΚΑΙ ΝΑ ΕΝΔΕΧΟΜΕΝΑ ΝΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΕΙ ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΣΑΣ ΜΕ ΤΗΝ ΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΓΙΑ ΣΑΣ ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΚΟΜΑ ΚΑΙ ΑΝ ΕΧΕΤΕ ΜΙΚΡΟ Ή ΑΙΣΘΗΤΙΚΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ**