

druck und die Zuckerkrankheit sind wichtige Risikofaktoren für diese ernstzunehmende Erkrankung, die in vier Stadien verläuft, nach denen sich auch die Therapie richtet“, erklärt der Chirurg Veiter. Das Gehtraining ist eine wichtige erste Stufe der Behandlung: So sollen die noch vorhandenen Gefäße trainiert werden, die Funktion der bereits verschlossenen Gefäße zu übernehmen, damit die bewältigbare Gehstrecke verlängert werden kann. Mitunter kommen auch Medikamente zum Einsatz, die in erster Linie das Fortschreiten der Erkrankung verhindern oder verzögern helfen. Chirurgisch kann man die verschlossenen Gefäße mittels Angioplastie auch aufdehnen oder einen Bypass setzen, mit dem die Engstellen umgangen werden können.

Damit es gar nicht erst zu schwerwiegenden Venenleiden kommt, können Sie allerdings vorbeugen und für eine gefäßgesunde Lebensweise sorgen. Das heißt vor allem jene Risikofaktoren, die man selbst beeinflussen kann, ausschalten und vernünftig und gesund leben: Pflegen Sie also Ihre Füße, achten Sie auf gesundes Schuhwerk und gehen Sie so oft wie möglich barfuß. Gönnen Sie auch Ihren Venen immer wieder Pausen, indem Sie die Beine nach langem Sitzen oder Stehen hochlagern, sorgen Sie für regelmäßige Kaltduschen, achten Sie auf eine gesunde, ballaststoffreiche, leichte Ernährung und: Bringen Sie Ihre Füße und Beine auf Trab, indem Sie vor allem für regelmäßige Bewegung sorgen.

GABRIELE VASAK ■



NÖGKK-VORTRAGSREIHE „LEBEN AUF GESUNDEN BEINEN UND FÜSSEN“

NÖGKK SERVICE-CENTER	TERMIN	ZEIT	ORT	REFERENTEN
Service-Center Amstetten, Tel.: 050899-0154	28.09.	18:30 Uhr	Rathaus, 3340 Waidhofen/Ybbs, Oberer Stadtplatz 28	Dr. Brigitte Schneider, FÄ für Chirurgie
Service-Center Baden, Tel.: 050899-0254	19.10.	18:30 Uhr	Festsaal des Rathauses, 2540 Bad Vöslau, Schlossplatz 1	OA Dr. Wolfgang Müller, FA für Chirurgie, oder Dr. Sylvia Müller
Service-Center Bruck/Leitha, Tel.: 050899-0354	21.09.	18:30 Uhr	Haus Römerland Carnuntum, 2460 Bruck an der Leitha, Fischamenderstraße 12	OA Dr. Wolfgang Müller, FA für Chirurgie, oder Dr. Sylvia Müller
Service-Center Gänserndorf, Tel.: 050899-0554	18.10.	18:30 Uhr	NÖGKK Service-Center, 2230 Gänserndorf, Eichamtsstraße 20-22	Dr. Andreas Veiter, FA für Chirurgie
Service-Center Gmünd, Tel.: 050899-0654	20.10.	18:30 Uhr	Kulturhaus, 3950 Gmünd, Hans-Lenz-Straße 13	Prim. Dr. Thomas Mayrhofer, FA für Chirurgie und Gefäßchirurgie
Service-Center Hollabrunn, Tel.: 050899-0754	27.09.	18:45 Uhr	NÖGKK-Service-Center, 2020 Hollabrunn, Pfarrgasse 11	Dr. Andreas Veiter, FA für Chirurgie
Service-Center Horn, Tel.: 050899-0854	13.10.	18:30 Uhr	Kunsthau, 3580 Horn, Wiener Straße 2	Prim. Dr. Thomas Mayrhofer, FA für Chirurgie und Gefäßchirurgie
Service-Center Klosterneuburg, Tel.: 050899-1654	30.11.	18:30 Uhr	Babenbergerhalle, Seitenfoyer, 3400 Klosterneuburg, Rathausplatz 25	OA Dr. Wolfgang Müller, FA für Chirurgie, oder Dr. Sylvia Müller
Service-Center Korneuburg, Tel.: 050899-0954	09.11.	18:30 Uhr	Kompetenzzentrum der RAIKA, 2100 Korneuburg, Stockerauer Straße 94	OA Dr. Wolfgang Müller, FA für Chirurgie, oder Dr. Sylvia Müller
Service-Center Krems, Tel.: 050899-1054	19.10.	18:30 Uhr	Veltlinersaal im Kultur- und Gemeindehaus, 3495 Rohrendorf, Obere Hauptstraße 6	Dr. Andreas Veiter, FA für Chirurgie
Service-Center Lilienfeld, Tel.: 050899-1154	21.09.	18:30 Uhr	Volksheim, 3160 Traisen, Rathausplatz 3	Dr. Brigitte Schneider, FÄ für Chirurgie
Service-Center Mistelbach, Tel.: 050899-1354	21.09.	18:30 Uhr	NÖGKK Service-Center, 2130 Mistelbach, Roseggerstraße 46	Dr. Heinrich Pink, FA für Chirurgie
Service-Center Mödling, Tel.: 050899-1454	16.11.	18:30 Uhr	Schloss Hunyadi, Riefelsaal, 2344 Maria Enzersdorf, Schlossgasse 6	OA Dr. Wolfgang Müller, FA für Chirurgie, oder Dr. Sylvia Müller
Service-Center Neunkirchen, Tel.: 050899-1554	12.10.	18:30 Uhr	NÖGKK Service-Center, 2620 Neunkirchen, Dr.-Stockhammer-Gasse 23	OA Dr. Wolfgang Müller, FA für Chirurgie, oder Dr. Sylvia Müller
Service-Center Pöchlarn, Tel.: 050899-1254	30.11.	18:30 Uhr	Festsaal der Raiffeisen (Eingang Südseite), 3380 Pöchlarn, Regensburgerstraße 25	Dr. Brigitte Schneider, FÄ für Chirurgie
Service-Center Scheibbs, Tel.: 050899-1954	05.10.	18:30 Uhr	Haus der Begegnung, 3292 Gaming, Im Markt 18	Dr. Brigitte Schneider, FÄ für Chirurgie
Service-Center Schwechat, Tel.: 050899-2354	02.11.	18:30 Uhr	NÖGKK Service-Center, 2320 Schwechat, Sendnergasse 9	OA Dr. Wolfgang Müller, FA für Chirurgie, oder Dr. Sylvia Müller
Service-Center St. Pölten, Tel.: 050899-1854	22.11.	18:30 Uhr	NÖGKK Service Center, 3100 St. Pölten, Kremser Landstraße 3	Dr. Andreas Veiter, FA für Chirurgie
Service-Center Tulln, Tel.: 050899-2054	26.09.	18:30 Uhr	NÖGKK Service Center, 3430 Tulln, Zeiselweg 2-6	Claudia Kolik, Dipl. Physiotherapeutin
Service-Center Wiener Neustadt, Tel.: 050899-2254	23.11.	18:30 Uhr	NÖGKK Service-Center, 2700 Wiener Neustadt, Wiener Straße 69	Dr. Andreas Veiter, FA für Chirurgie
Service-Center Zwettl, Tel.: 050899-2454	08.11.	18:30 Uhr	Pfarrheim, 3910 Zwettl, Schulgasse 6	Prim. Dr. Thomas Mayrhofer, FA für Chirurgie und Gefäßchirurgie