

## **Schwangerschaft / Nach der Geburt:**

### **Eine Schwangerschaft ist ein Kraftakten für die Venen:**

Warum Sie in der Schwangerschaft und nach der Geburt Kompressionsstrümpfe bzw. Kompressionsstrumpfhosen tragen sollten:

Es entstehen Hormonveränderungen während der Schwangerschaft – dadurch können Varizen, Besenreißer oder Krampfadern entstehen. Die Hormone wirken venenerweiternd und gleichzeitig wird verstärkt Wasser angelagert. Das erhöhte Blutvolumen belastet die Venen zusätzlich. Die venöse Blutgeschwindigkeit verlangsamt sich und bereits zu Beginn der Schwangerschaft nimmt das Blutvolumen um etwa 20 Prozent zu. Das Maximum wird zwischen der 32. und 36. SSW erreicht.

### **Bei schwangeren Frauen ist das Risiko an einer Thrombose zu erkranken dreifach höher als bei einer Nichtschwangeren.**

Wichtig ist, dass die Kompression wirken kann und dafür müssen die Strümpfe oder Hosen sorgfältig vermessen werden und auch passen. Durch die Gewichtsveränderung während der Schwangerschaft, sind mehrmalige Verordnungen und Vermessungen notwendig, welche Sie von Ihrem Gynäkologen erhalten. Die Kosten hierfür übernimmt Ihre Krankenkasse vollständig. Um oben genannte Risiken zu minimieren, sollten Sie die Kompressionsstrümpfe tragen. Im Idealfall in den letzten Wochen der Schwangerschaft, spezielle Schwangerschaftsstrumpfhosen mit elastischem Leibteil. Sie können sich von Ihrem/r Frauenarzt/in 2 Paar Kompressionsstrümpfe oder Kompressionsstrumpfhosen verordnen lassen, 1 Paar davon aus hygienischen Gründen.

### **Nach der Geburt:**

Etwa 6 bis 8 Wochen nach der Geburt, sollten Sie sich erneut z.B. 2 Paar Schenkelstrümpfe mit Haftband verordnen lassen. Gerade direkt nach der Schwangerschaft sollte das Bindegewebe durch die Kompression wieder gestärkt werden.