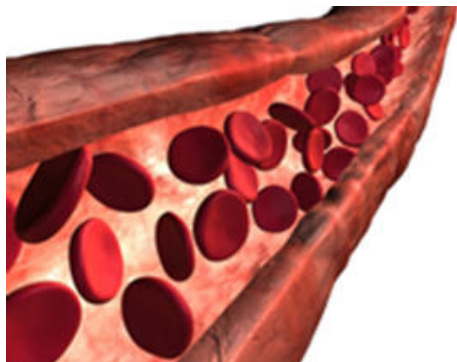


Veias varicosas



Veias varicosas são veias inchadas, abauladas e tortuosas que são visíveis logo abaixo da superfície da pele. Elas podem causar dor e edema na perna e são esteticamente desagradáveis. A edição de 26 de dezembro de 2012 da JAMA inclui um artigo sobre veias varicosas.

CAUSAS

O desenvolvimento de veias varicosas acontece quando as veias da perna não funcionam adequadamente. Veias saudáveis levam o sangue das pernas para o coração e usam pequenas válvulas dentro delas para ajudar a fazer o sangue se mover na direção certa, voltando para o coração. Veias varicosas aparecem quando estas válvulas são danificadas ou quando as paredes das veias enfraquecem, fazendo com que o sangue se acumule nas pernas. Isto pode acontecer por vários motivos:

Veias varicosas podem ser comumente vistas em membros da mesma família

Sexo feminino, múltiplas gestações, estatura alta, sobrepeso

Lesões traumáticas das válvulas ou a formação prévia de coágulos de sangue podem diminuir sua capacidade de levar o sangue de volta para o coração.

Ficar sentado ou em pé por longos períodos de tempo

SINTOMAS

Pernas inchadas, pesadas, cansadas e doloridas

Pele seca, coçando; alteração na coloração da pele

Pernas e tornozelos inchados, por vezes com feridas abertas chamadas úlceras varicosas

TRATAMENTO E CUIDADO

Para diminuir o edema e desconforto:

Ande, tente não ficar sentado ou em pé em um lugar por longos períodos de tempo.

Eleve e descanse as pernas 3 a 4 vezes por dia durante períodos de 30 minutos.

Estenda e flexione os pés 10 a 15 vezes.

Para tratar pele seca e pruriginosa, aplique creme hidratante sem perfume. Pergunte ao seu médico o creme ou pomada certa que você deve usar para evitar uma erupção ou irritação.

Seu médico pode recomendar um tratamento especializado como meias compressivas, meias especiais que se ajustam com firmeza às suas pernas e tornozelos e que podem ser adquiridas com ou sem prescrição.

ONDE COMEÇAR

Se tiver problemas com suas veias, comece marcando uma consulta com seu médico de família. Ele ou ela pode realizar uma avaliação que poderá incluir um exame ultrassonográfico. Seu médico pode lhe encaminhar para um cirurgião vascular, dermatologista ou radiologista.

Referências

Centers for Disease Control and Prevention; Mayo Clinic; National Heart, Lung, and Blood Institute

FOR MORE INFORMATION

National Heart, Lung, and Blood Institute

www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/vv/

American Venous Forum

www.veinforum.org

Sobre o editor

© 2014 American Medical Association.

All rights reserved. This journal and the individual contributions contained in it are protected under copyright by AMA, and the following terms and conditions apply to their use.

JAMA® is a registered trademark of AMA, used under license.

The JAMA Network is a trademark of AMA, used under license.

Notice No responsibility is assumed by AMA for any injury and/or damage to persons or property as a matter of products liability, negligence or otherwise, or from any use or operation of any methods, products, instructions, or ideas contained in the material herein. Because of rapid advances in the medical sciences, in particular, independent verification of diagnoses and drug dosages should be made.

The translation has been undertaken by a third party translation provider at its sole responsibility. No responsibility is assumed by AMA in relation to the translation or for any injury and/or damage to persons or property as a matter of products liability, negligence or otherwise, or from any use or operation of any methods, products, instructions, or ideas contained in the material herein. Because of rapid advances in the medical sciences, in particular, independent verification of diagnoses and drug dosages should be made. Source material in English and as translated remains the intellectual property of the AMA.