

KVB v ambulanti družinske medicine



Mateja Bulc

Anamneza

- družinska anamneza KVP pri ožjih sorodnikih?
- trajanje znakov in težav
- poškodbe?
- presnovne in sistemske bolezni?
- splošno zdravstveno stanje?
- alergije?
- zdravila, ki jih bolnik redno ali občasno uživa
- uporabo hormonske kontracepcije ali hormonskega nadomestnega zdravljenja
- število porodov
- socialna anamneza (poklic, način življenja)

Simptomi

- krči
- bolečine
- utrujenost
- zatekanje goleni



Vprašalnik

- | | | |
|-------------------------------|-----------|-----------|
| • <i>Občutek teških nog</i> | <i>DA</i> | <i>NE</i> |
| • <i>Bolečine v nogah</i> | <i>DA</i> | <i>NE</i> |
| • <i>Bolečine v mirovanju</i> | <i>DA</i> | <i>NE</i> |
| • <i>Bolečine pri hoji</i> | <i>DA</i> | <i>NE</i> |
| • <i>Bolečine vzdolž ven</i> | <i>DA</i> | <i>NE</i> |
| • <i>Občutek napetih nog</i> | <i>DA</i> | <i>NE</i> |
| • <i>Občutek pekočih nog</i> | <i>DA</i> | <i>NE</i> |
| • <i>Krči v nogah ponoči</i> | <i>DA</i> | <i>NE</i> |
| • <i>Otekanje nog</i> | <i>DA</i> | <i>NE</i> |
| • <i>Krčne žile</i> | <i>DA</i> | <i>NE</i> |
| • <i>Razjede na nogah</i> | <i>DA</i> | <i>NE</i> |

Če je prisoten vsaj eden od simptomov ali znakov bolezni, bolniku zastavite še naslednja vprašanja!

Nadaljevanje

- *Težave se poslabšajo, če dolgo stoji in se zmanjšajo po počitku, in/ali se poslabšajo konec dneva in zjutrajizginejo.*
DA NE
- *Poslabšajo se na toplem (poleti, v vroči kopeli, talnem ogrevanju...) in so manj izrazite pozimi in/ali ob nizkih temperaturah*
DA NE
- *Poslabšajo se, če stoji in se izboljšajo ali izginejo, če redno hodi*
DA NE
- *Ženske: Poslabšajo se pred enstruacijo, ali se pojavijo med hormonskim zdravljenjem in izginjo pozdravljenju*
DA NE

Če je bolnik na vsaj dve od zgornjih vprašanj odgovoril pritrdilno oz. je prisoten vsaj eden od znakov bolezni, ima najverjetneje kronično vensko bolezen.

Kakovost življenja (vpliv bolezni)

Vprašalnik CIVIQ



Obkrožite 1, če nimate nobenega od opisanih simptomov, občutkov ali težav.

Obkrožite 2, 3, 4 ali 5, če so simptomi bolj ali manj izraženi.

- Ali ste v zadnjih štirih tednih imeli kakšne bolečine v gležnjih ali nogah in kako hude so bile?
- Kakšne so bile v zadnjih štirih tednih vaše težave z nogami, na delovnem mestu oz. pri opravljanju običajnih vsakdanjih aktivnosti?
- Ali ste v zadnjem mesecu slabše spali zaradi vaših težav z nogami in kako pogosto?

Kakšne težave z nogami ste imeli v zadnjih štirih tednih, ko ste poskušali izvajati spodaj opisane aktivnosti?

- Vzpenjanje po stopnicah
- Čepenje, klečanje
- Hitra hoja
- Večerne družabne aktivnosti, zabave, sprejemi, poroke...
- Ukvarjanje s športom, večja telesna aktivnost

brez težav	blage	zmerne	hude	zelo hude
1	2	3	4	5
1	2	3	4	5
1	2	3	4	5
1	2	3	4	5
1	2	3	4	5

O- Klinični pregled

- Vedno poglej (ženske in moške) noge!



Usmerjen klinični pregled

- prisotnost varic, *coronae phlebotacticae*,
- barva kože,
- prisotnost oteklin,
- klinični znaki okužbe, razjed in okolnih kožnih sprememb (povečana pigmentacija, lipodermatoskleroza in bela atrofija),
- tipljivost stopalnih pulzov,
- kapilarna polnitev,
- temperatura kože,
- oblika stopalnih lokov

O- klinični pregled

CEAP klasifikacija

Konsenz za diagnostiko in zdravljenje = CEAP klasifikacija

- **C**linical- klinični
 - **E**tiology-etiološki
 - **A**natomic – anatomski
 - **P**athophysiology- patofiziološki vidik
-
- simptomi bolezn: za črko C dodamo **s**,
 - bolezen asimptomatska: črki C dodamo **a**.

Klinični razredi po CEAP klasifikaciji

<i>Stadij</i>	<i>Znaki</i>
0	ni vidnih ali tipljivih znakov venske bolezni
1	teleangiektazije ali retikularne vene
2	krčne žile (varice)
3	oteklina
4	kožne spremembe (hiperpigmentacije, dermatitis, lipodermatoskleroza)
5	kožne spremembe, opisane pri razredu 4, in zaceljena venska razjeda
6	zgoraj omenjene kožne spremembe in aktivna venska razjeda

CEAP razvrstitev – C: Klinična opredelitev

C1 teleangiektazije,
retikularne varice



C2 debelne
varice



C3 oteklina



C4 a) pigmentacije,
b) lipodermatoskleroza.



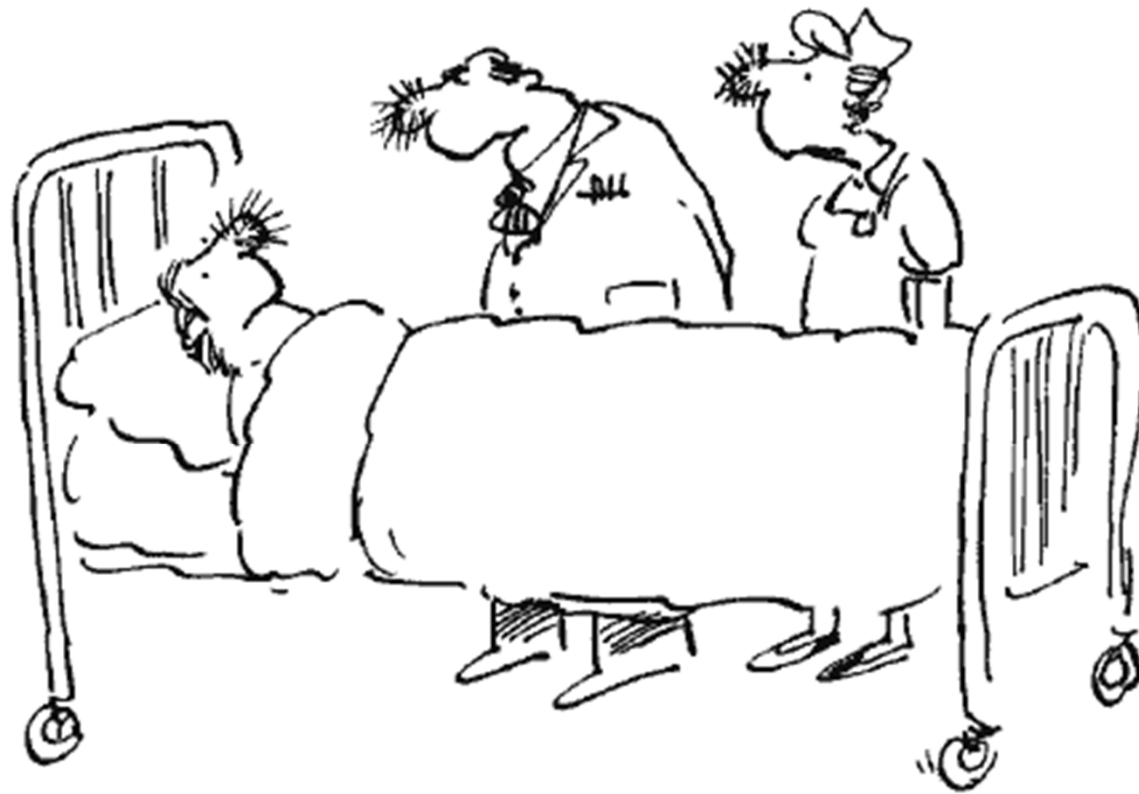
C5 zaceljena
razjeda



C6 aktivna razjeda

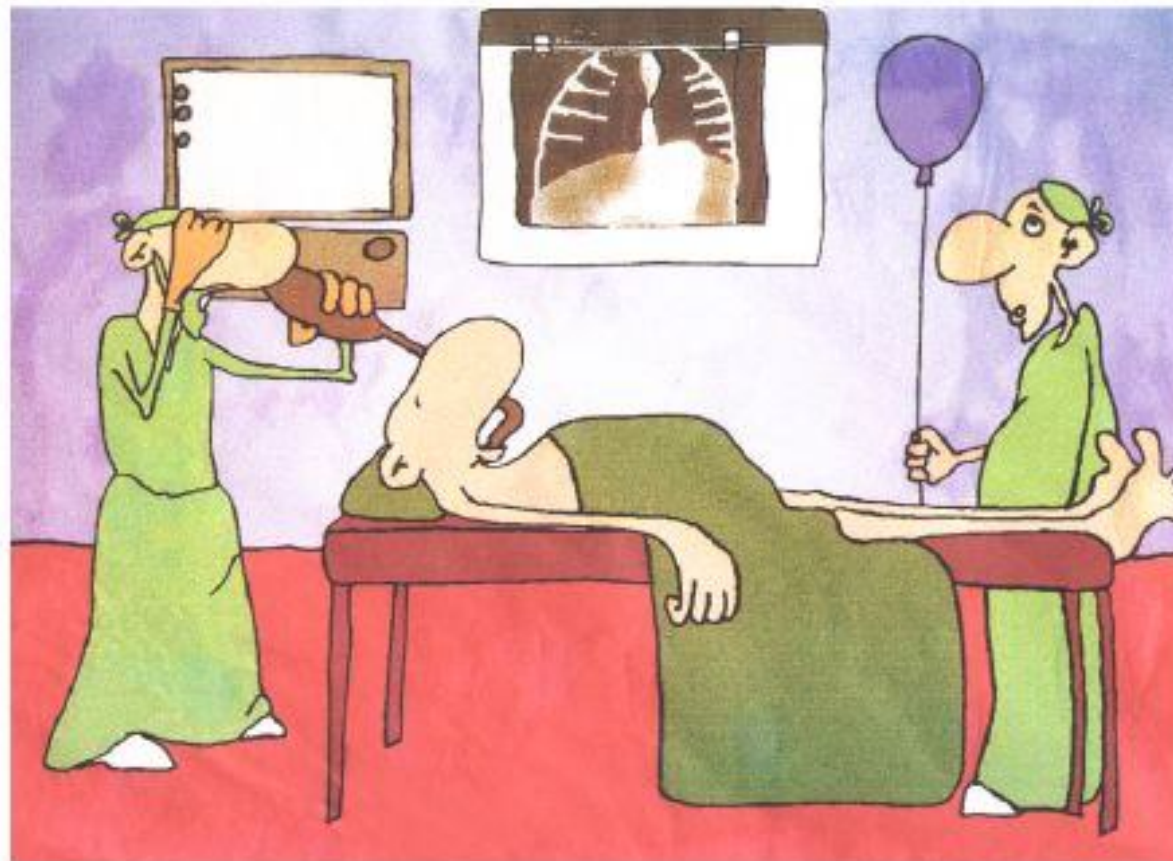


A- Delovne diagnoze?



"We don't know what it is, but we do know it's contagious."

Katere bolezni smo ugotovili?



"Not that balloon you idiot ..."



P- Diagnostika PREISKAVE ?



Dostopne preiskave

- Doppler - GI:
 - LEVO 0,94
 - DESNO 0,92



Kako naprej?

- Kaj naj zdravi družinski zdravnik?
 - KBV?
- Kaj specialist? Kateri?



Usmerjena diagnostika – napotitev



Sekundarna raven

1. meritve obratnega toka z ročnim doplerskim merilcem pretoka
2. ultrazvočni pregled ven = presejalna metoda za ugotavljanje KVP
3. venska pletizmografija

anatomske venske anomalije, in pri tistih bolnikih, pri katerih načrtujemo kirurški poseg na globokem venskem sistemu:

4. rentgenska kontrastna venografija
5. magnetorezonančna venografija
6. venografija z računalniško tomografijo

Flebolog?

- **meritve obratnega toka z ročnim doplerskim merilcem pretoka**
- ultrazvočni pregled ven
- venska pletizmografija

Angiolog?

- **UZ žilja spodnjih okončin**
-



Diferencialna diagnoza

- periferna arterijska žilna bolezen
- nevrološki vzroki bolečin
- ortopedski vzroki bolečin in krčev
 - zlasti pri CEAP stadijih 1 do 3

P- Načrt zdravljenja



Zdravljenje v ambulanti družinske medicine



Nefarmakološki ukrepi

- dietna, manj kalorična prehrana
 - sol, ogljikovi hidrati, maščobe!
- redna telesna dejavnost
 - 60 min vsak dan
- normalizacija telesne teže



“It’s good that you’re eating more fresh fruit and vegetables, but be careful to chew more thoroughly.”

Zdravstvena vzgoja

- pomemben sestavni del oskrbe bolnikov s KVP
- bolnika usposobiti za dejavno sodelovanje pri zdravljenju svoje bolezni
- izboljšati prognozo
- zmanjšati tveganje za akutne in kronične zaplete
- povečati kakovost življenja s kronično boleznijo

- naj bo dostopna vsem bolnikom
- obsega motivacijo za zdrav način življenja:
 - redno telesno dejavnost
 - normalno telesno težo
 - življenje brez cigarete

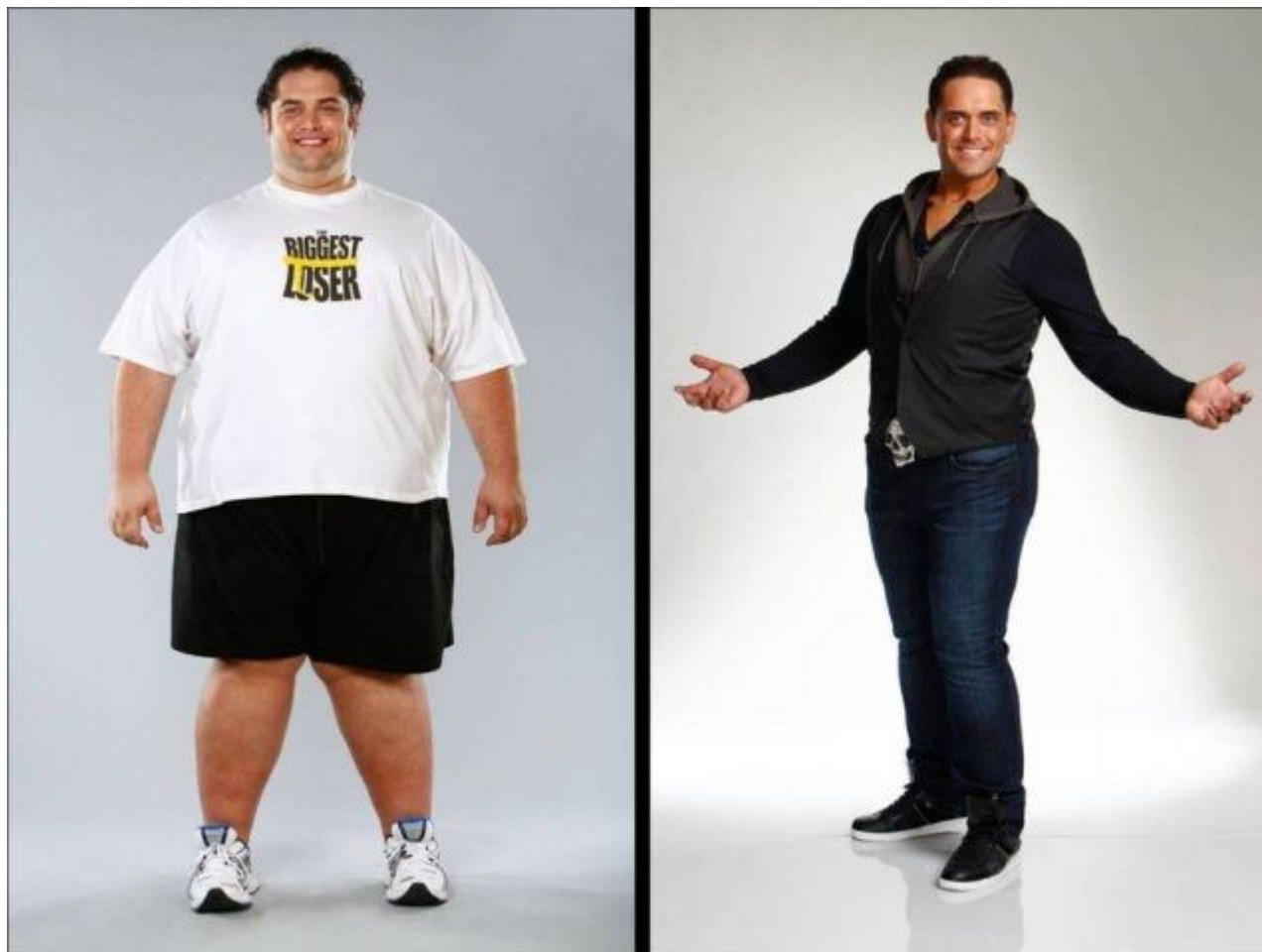
ZDM

- zdravljenje z zunanjo kompresijo
- zdravljenje s sklerozacijo,
- zdravljenje z venoaktivnimi zdravili;
- zdravljenje dveh pomembnih zapletov:
 - tromboflebitisa
 - venske razjede

Kirurško zdravljenje, sklerozacija, laser



Cilji zdravljenja?



Cilji zdravljenja KBV

- ustaviti napredovanje KVB in njene posledice
&
- zmanjšanje simptomov
&
- odstranitev (korekcija) vzroka ("refluks")
&
- odstranitev (ne-funkcionalnih) varic



Vloga tima družinske medicine

- sistematično odkrivanje prisotnosti KVB- presejanje
- diagnostika in zdravljenje
 - ocena stadija
 - ocena vpliva KVB na kakovost življenja bolnika (vprašalnik CIVIQ)
 - zdravljenje v ambulanti ali napotitev
 - dolgoročno vodenje in kontrole

PRESEJANJE na KVB (referenčna ambulanta)



1. Spol	
moški	0
ženski	1
2. Starost	
Manj kot 14 let	0
14 - 29	1
30 - 45	2
Več kot 45	3
3. Kako dolgo je vaš način življenja že neaktiven (večinoma sedeč)?	
Moj način življenja je aktiven	0
1 - 3 leta	1
3 – 10 let	2
Več kot 10 let	3
4. Ali imate povečano telesno težo?	
Ne	0
Da, za 1 – 5 kg	1
Da, za 5 – 10 kg	2
Da, za več kot 10 kg	3
5. Kolikokrat ste rodili?	
Nikoli	0
Enkrat	1
Dvakrat	2
Več kot dvakrat	3

1. V kakšnem položaju preživite večino delovnega časa?	
Sede, na nogah ali stoje manj kot 4 ure na dan	0
Sede, na nogah ali stoje približno 4 - 8 ur na dan	1
Sede, na nogah ali stoje več kot 8 ur na dan	2
Sede, na nogah ali stoje več kot 8 ur na dan in pogosta potovanja z avtom, vlakom ali letalom	3
2. Ali ima kdo od staršev varice (krčne žile)?	
Ne	0
Eden od staršev	1
Oba starša	2
Oba starša, eden z zapletom (golenjo razjedo)	3
3. Ali hodite, plavate, kolesarite, tečete in/ali se ukvarjate s fitnessom?	
Da, vsaj 3 ure na teden	0
Manj kot 3 ure na teden	1
Občasno (na počitnicah)	2
Nikoli	3
4. Ali imate kdaj občutek, da so vaše noge težke?	
Ne, nikoli	0
Občasno	1
Pogosto	2
Skoraj ves čas (s precejšnjimi bolečinami)	3
5. Kdaj je občutek težkih nog večji?	
Ob toplem vremenu	0
Ob jemanju kontracepcijskih tablet in hormonskem nadomestnem zdravljenju	1
Ob menstruaciji	2
6. Ali imate kdaj zatekle gležnje?	
Ne, nikoli	0
Le ob toplem vremenu ali med dolgimi potovanji z letalom, vlakom ali avtom	1
Da, skoraj vsak dan vendar le zvečer	2
Da, vsak dan od jutra naprej	3

Rezultat presejanja na KVB

1. Bolnik nima KVB in ni velikega tveganja za razvoj KVB
(test ≤ 11 točk in negativno odgovori na vprašanje 9 in/ali 11)
priporočila za zdrav življenjski slog, kontrola čez 5 let
2. Veliko tveganje za razvoj KVB
(test med 12 in 22 točk, negativno odgovori na vprašanje 9 in/ali 1):
strukturiran program za spremembo nezdravih življenjskih navad:
 - pri zvečani telesni masi ali debelosti zmanjšanje telesne mase
 - redna zmerna telesna dejavnost (50%-70% maksimalnega pulza) vsaj 30 minut na dan,
 - nekajenje.
3. Sum na KVB
(test 23 točk ali več, pritrdilno odgovori na vprašanji 9 in /ali 11)
Reši še vprašalnik o simptomih in znakih,
ad ZDM (potrditev diagnoze, nadaljnja diagnostika in zdravljenje)

Vprašanja?

