

HRONISKA VĒNU SLIMĪBA KĀ ARODSLIMĪBA (RISKA FAKTORI UN PROFESIJAS)

Daiga Krūmiņa

ģimenes ārsts, arodveselības un arodslimību ārsts
“Veselības centrs 4”

Rīga 21.09.2018.

HVS – PROBLĒMAS AKTUALITĀTE

- × Pasaulē varikozu vēnu slimības **prevalence** jeb izplatība ir **10 - 30%**
- × Eiropā veiktie epidemioloģiskie pētījumi liecina, ka **HVM** ar **VVM** populācijā - **46%** sieviešu un **40%** vīriešu [*Evans, et al., 1999; Rabe, et al., 2003; Carpentier, et al., 2004*], no kuriem **1%** attīstās trofiskas čūlas
- × **HRONISKA VĒNU MAZSPĒJA** ir visbiežākā hroniskas vēnu slimības forma
- × No kosmētiska diskomforta līdz invalidizējošam stāvoklim – tā būtībā ir **viena patoloģija** dažādos tās attīstības līmeņos.

HRONISKA VĒNU MAZSPĒJA

- × **HVM ir venozas hipertensijas izraisītu klīnisko simptomu kopums**
- × pazīmes - vēnu tīklojums
 - varikoze
 - trofikas traucējumi, apakšstilba čūla.
- × **HVM 90%** izraisa venozais **atvilnis**
 - dēļ primāras vārstuļu mazspējas (parasti varikozu vēnu gadījumā)
 - + vai dēļ pēciekaisuma/pēctrombotiska vārstuļu bojājuma
- × **10%** izraisa venoza **obstrukcija**, kas parasti ir pēctrombotiska

HVS – PROBLĒMAS AKTUALITĀTE

- × Eiropā ~ **25% strādājošo** ir vērsušies pie ārsta sakarā ar kāju veselības problēmām
- × **Pārslodžu izraisītas slimības**
- × MK 2006.g.6.novembra noteikumi Nr.908, 1.pielik.
- × **AS SARAĶSTS 5.10** izteikta kāju vēnu varikoze ar iekaisumu (tromboflebīts) vai trofiskas traucējumiem

CEAP KLASIFIKĀCIJA (CLINICAL, ETIOLOGIC, ANATOMICAL, PATHOPHYSIOLOGICAL)

- ✖ C0 - nav redzamu vai palpējamu varikozu vēnu
- ✖ C1 - teleangiektāzijas vai retikulāras vēnas
- ✖ C2 - varikozas vēnas
- ✖ C3 - tūska
- ✖ C4 - trofisks ādas bojājums
 - + A - pigmentācija un/vai venoza ekzēma, stāzes dermatīts
 - + B - lipodermatoskleroze un/vai bālā atrofija
- ✖ C5 - trofisks bojājums un sadzijušas čūlas rēta
- ✖ C6 - trofisks bojājums ar čūlu

HVS ETIOLOGIJA UN VEICINOŠIE FAKTORI

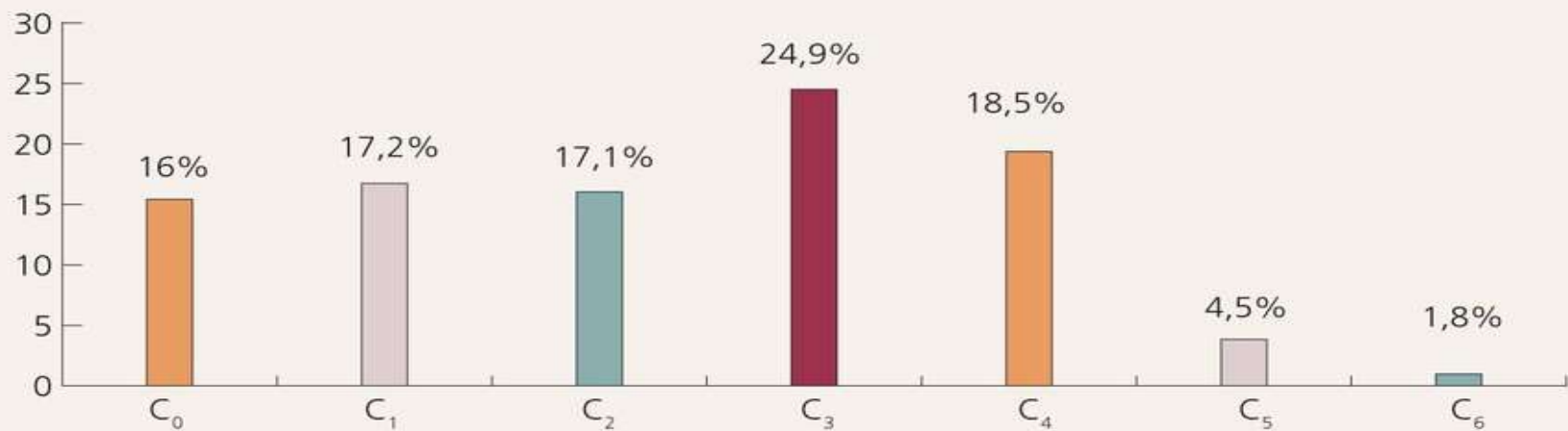
- × ģenētiska predispozīcija (risks **43%– 90%**)
- × vecums un dzimums
- × neveselīgs un mazkustīgs dzīvesveids
- × liekais svars
- × smēķēšana
- × esošo slimību buķete un anamnēze (CD, HOPS)
- × grūtniecība un hormonālie preparāti
- × ilgstošas fiziskas pārslodzes, fizikālie faktori sadzīvē
- × **darba vides kaitīgie faktori**

HVS ETIOLOĢIJA UN VEICINOŠIE FAKTORI

- × pēdējie dati, ka biežāk **XY** hromosomas īpašniekiem!
- × meklēta saistība ar estrogēna un **estrogēnu receptoru** (ER α , ER β un GPER) ietekmi uz vēnu sieniņu
- × ER ekspresija vēnu sieniņās var veicināt varikozo vēnu attīstību, pierādīts, ka **korelē ar HVS smaguma** pakāpi

(*Doctus Jūlijs 2018. Paudere S. "Skaistas un veselas kājas. Kā saglabāt? Kā atgūt?"*)

HVS - PĒTĪJUMI – DE FACTO



* Statistiski ticamas atšķirības HVM klīniskajās izpausmēs atkarībā no dzimuma netika novērotas

- Latvijā HVM sastopamība ir augsta un pieaug populācijai novecojot
- HVM nopietnas klīniskas izpausmes $\frac{1}{4}$ iekļauto
- C3 stadija - 24,9%(pret vidēji 9,3%)
- C5 un C6 stadija - 4,5% (0,6-1,4%) un 1,8% (0,0-0,5%)

HVS - PĒTĪJUMI, PUBLIKĀCIJAS

- × **Phlebopathies and occupation**
Article in Italian (Annali di igiene: medicina preventiva e di comunita
[2012](#) Mar-Apr;24(2):131-44./pubmed)
- × definēja “standing position” -
 - + **1 m2** vai **soļi**
 - + **1 stunda** vai **50%-70%** no darbalaika
- × **4.9.2.** atrašanās piespiedu pozā ilgāk kā 50% no darba laika, lokāls muskuļu sasprindzinājums, tajā skaitā darbs stāvēt kājās

SECINĀJUMI, KOPSAVILKUMS

- × fiziskas pārslodzes
 - + ilgstošas (> 6 h/dn) darba stundas
 - + smagumu celšana (>1000 kg/dn)
 - + darbs statiskās pozās (sēdus, stāvus)

ir darba vides būtisks kaitīgais faktors
- × fiziskās pārslodzes **palielina** varikozu vēnu slimības risku un prevalenci
- × kaitīgākais faktors ir **“standing position”** t. i. **darbs stāvēt kājās**

HVS RISKAM PAKĻAUTĀS JOMAS

- × tirdzniecība un viesmīlība
- × ražošanas līnijas apkalpojošie darbinieki
- × veselības aprūpe (operāciju māšas, operējošie ķirurgi)
- × frizieri un pielīdzināto pakalpojumu sniedzēji
- × administratori, IT speciālisti
- × tālbraucēji autovadītāji
- × skolotāji

Occupations Most at Risk for Varicose Veins – How to Help
Jun 14, 2017 | News

HVS PROFILAKSE UN ĀRSTĒŠANA

- × HVS kā arodslimība – **C2 – C4** (CEAP)
- × venozu nepietiekamību izārstēt pilnībā nav iespējams (ja vien tā nav radusies sporta traumas vai cita mehāniska bojājuma rezultātā)
- × galvenā loma pret etiopatogēnēzi vērstā ārstēšanā ir **refluksa mazināšanai**
- × to var panākt ar **kompresijas** terapiju vai bojāto vēnu segmentu likvidēšanu
- × medikamentozai terapijai mazāka nozīme

HVS PROFILAKSE UN ĀRSTĒŠANA

- ✦ **kompresijas terapija** (kompresijas zeķes) ir HVS pamatterapija vai tās neatņemama komponente
- ✦ Eur J Vasc Endovasc Surg. **2008** Mar;35(3):366-72. Epub 2007 Dec 11.
Compression therapy for occupational leg symptoms and chronic venous disorders - a meta-analysis of randomised controlled trials.
- ✦ Amsler F¹, Blättler W. Author information www.amslerconsulting.ch, Switzerland.
- ✦ Secinājums: kompresija ar **10-15 mm/Hg ir efektīva** HVS ārstēšanā. Kompresija ar zemāku spiedienu nav efektīva, lielāka varētu nedot papildus ieguvumu

HVS PROFILAKSE UN ĀRSTĒŠANA

- × pacientu **līdzestība** ir ļoti būtiska !!!
- × no **1998.** līdz **2006.g.** veikts liels kohortas pētījums (> 3 000 HVS pacientu) par kompresijas terapijas lietošanu, efektivitāti un pacientu līdzestību
 - + tikai **21% valkā** kompresijas zeķes ikdienā
 - + **12%** valkā tās vairumā dienu, **4%** – retāk
 - + **63%** tās nevalkā vispār vai ir atmetuši

KOPSAVILKUMS. KO DARĪT?

- × HVS ir bieži sastopama patoloģija populācijā
- × HVS var būt arī arodslimība
- × jāmaina cilvēku domāšana, uzskati, motivācija, pabalstu piešķiršanas noteikumi, lai
“Izdevīgi ir būt veseram !”
- × svarīgi sabiedrību izglītot, informēt, apmācīt –
“Vēnu slimību kabineti”?
- × strikti jānosaka pacienta pienākumi, līdzdalība savā ārstēšanā un jāprasa to izpilde



SVARĪGAIS JAUTĀJUMS EKSPERTIEM

VAI ARODSLIMĪBA ?

VARBŪT

AR DARBU SAISTĪTA SLIMĪBA?

ESAM SADARBĪBAS PARTNERI

