



افرادی که سابقه ابتلا به واریس دارند، ورزش کنند

یک متخصص قلب و عروق گفت با بیان این که ورزش و استفاده از جوراب واریس در کاهش احتمال ابتلا به واریس موثر است، توصیه کرد: افرادی که سابقه ابتلا به واریس دارند، ورزش کنند...

یک متخصص قلب و عروق گفت با بیان این که ورزش و استفاده از جوراب واریس در کاهش احتمال ابتلا به واریس موثر است، توصیه کرد: افرادی که سابقه ابتلا به واریس دارند، ورزش کنند.

دکتر عبدالعلی احسانی در گفت و گو با ایسنا، اظهار داشت: احتمال ابتلا به واریس در زنان چاق و زنان باردار بیشتر است. وی افزود: سابقه خانوادگی نیز در احتمال ابتلا به واریس موثر است. افرادی که در خانواده خود سابقه ابتلا به واریس دارند باید بیشتر مراقب باشند.

دکتر احسانی تصریح کرد: ضربه به پا نیز از دیگر عواملی است که موجب واریس می شود.

وی خاطرنشان کرد: در بیماری واریس، ساختار عروقی رگ دچار اختلال شده و حرکت خون دچار اشکال می شود. در چنین شرایطی رگ مستعد ایجاد لخته خون می شود.

این متخصص قلب و عروق اظهار کرد: همچنین زنان خانه دار که در طول روز برای زمان طولانی به حالت ایستاده هستند در معرض ابتلا به واریس قرار دارند.

وی تأکید کرد: اگر واریس محدود و کم باشد، خطرناک نیست ولی اگر رگ های اصلی دچار واریس شوند، خطرناک بوده و زمینه رسوب و لخته شدن خون فراهم می شود.

دکتر احسانی گفت: اگر واریس گسترده باشد، نیاز به جراحی دارد. ولی در صورت محدود بودن واریس، می توان با ورزش و استفاده از جوراب، واریس آن را کاهش داد.

وی افزود: ورزش در هر زمانی برای پیشگیری و کاهش واریس موثر است.