

Boehringer
Ingelheim



VENASTAT®

MOT HEVELSER OG URO I BENA

**Naturlegemiddel tradisjonelt brukt
i folkemedisinen ved hevelse og uro i bena.**

Et par ben

– 9000 skritt hver dag!

I gjennomsnitt går et menneske ca. 9000 skritt per dag, 165 mil per år og hele 150.000 km i løpet av et helt liv. Dette tilsvarer hele 4 ganger rundt jordkloden! For hvert skritt belastes føttene med 20 ganger mer enn kroppsvekten din, derfor er det viktig å stelle godt med bena. En nyere undersøkelse (GfK-Euro september 2000) viser at 1,18 millioner nordmenn over 15 år, altså hele 33% av den norske befolkningen, er plaget av hovne, urolige, tunge og vonde ben. Kvinner er i flertall, men også menn lider av disse problemene, og problemene øker med alderen.

SYMPTOMER

- Trette, tunge og verkende ben
- Hovne ben
- Uro/kløing i bena
- Leggkramper

ÅRSAKER

Reiser, f.eks. til varmere strøk hvor problemet allerede oppstår på flyet. Det kan også skyldes andre faktorer som overvekt, hormonelle forandringer, arv, graviditet, forstoppelse eller yrker hvor man står/ sitter/ løfter mye.

i

Venastat har vært på det tyske markedet siden 1939 og er markedsleder i Tyskland. Det er utført mange produktrelaterte studier på dette produktet som viser god effekt på hevelse og uro i bena. Noen er plaget av disse symptomene et langt liv mens andre lider periodevis.

VENASTAT - BASERT PÅ VIRKESTOFFER FRA NATUREN

Venastat er en enkel og effektiv behandling av hevelse og uro i bena. Denne behandlingen tas oralt og virker i veneveggene. Venastat styrker veneveggene og bedrer blod-sirkulasjonen i venene slik at hevelse ikke oppstår.

Venastat er et naturlegemiddel godkjent av Statens Legemiddelverk. Et naturlegemiddel er et legemiddel til egenbehandling. Krav til godkjenning av et naturlegemiddels kvalitet er like strenge som for vanlige legemidler. Krav til godkjenning med hensyn til sikkerhet og effekt bygger i stor grad på tradisjonell bruk i folkemedisinen i Europa og Nord-Amerika over lang tid.

Bruksområde:

Naturlegemiddel tradisjonelt brukt i folkemedisinen ved hevelse og uro i bena.

EN DEPOTKAPSEL INNEHOLDER:

240-290 mg tørket ekstrakt av hestekastanje (Aesculus hippocastanum) som tilsvarer 50 mg triterpenglykosider beregnet som escin. Virkestoffet er standardisert, det vil si at du er garantert at hver kapsel du inntar inneholder de samme virkestoffene i samme mengde.

DOSERING FOR VOKSNE

OG BARN OVER 12 ÅR:
1 kapsel 2 ganger
daglig. Svelges hele
med litt væske.



Graviditet og amming:
Gravide og ammende anbefales ikke å bruke Venastat.

Mulige bivirkninger:
Kløe, kvalme og magesmerter kan forekomme i sjeldne tilfeller.

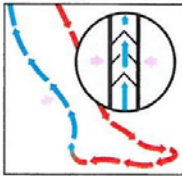


Problem!



Veneklaffene fungerer ikke optimalt og et trykk oppstår. Dette fører til filtrasjon av væske fra venene og ut i bena, og hevelse dannes.

Løsning!



Venastat reduserer hevelse i bena, veneklaffene fungerer igjen normalt og lekkasje av væske forhindres. Venastat bør brukes over lengre tid for optimal effekt.

FAKTA OM BENA DINE

Det antas at hjertet vårt pumper ut ca. 7000 liter blod i døgnet. Dette oksygenrike blodet går bl.a. ned i bena og skal pumpes opp igjennom venene i bena tilbake til hjertet.

Venene i bena består hovedsakelig av bindevev. Dette bindevevet er ikke så elastisk og tøyelig som bindevevet i blodårene som går ut fra hjertet (arteriene) og tåler dermed mindre trykk.

Dersom samsillet mellom de friske veneklaffene i venene og arbeidende muskelpumpe i venene svikter, vil det oppstå et trykk som fører til filtrasjon av væske fra venene og ut i bena. Dermed oppstår hevelse (ødem) i bena som ofte fører til smerte og ubehag. Venene utvider seg, blodkar kan bli sprengt og det kan dannes åreknuter. Hevelse oppstår som regel rundt ankene eller i nedre del av leggen.

PROBLEMENE ER INDIVIDUELLE

Det er vanlig at man i første omgang føler at bena virker trette og tunge. Nattdaglige leggkramper kan forekomme, og også tørr hud, kløe og hudforandringer i nedre del av leggene eller ankene er vanlige symptomer. Neste grad vil være mer synlig i form av sprukne blodkar og vener. Du vil merke hevelse (ødem) og symptomene over blir mer fremtredende. Det kan deretter utvikle seg åpne sår (leggsår) som ikke leges av seg selv.

VENASTAT BEVISER GJENNOM FORSKNING GOD EFFEKT:

Venastat virker styrkende på veneveggene i bena, reduserer permeabiliteten i kapillærene og hindrer utvikling av ødem (væskeansamlinger). Dette ved at kapillærene forsegles og "lekkasje" av væske forhindres. Venastat motvirker ødeleggelse av cellene i veneveggene.

GODE RÅD TIL DEG MED DÅRLIG BLODSIRKULASJON I BENA

- Tren regelmessig. Bevegelse i bena er viktig - gå turer, strekk på bena etc.
- Ikke sitt med bena i kors, det fører til økt press som leder til hevelse i bena.
- Pass på vekten.
- Dersom du står i lange perioder, husk å skifte vekt fra det ene benet til det andre og sirkuler føttene en gang i mellom.
- Dersom du sitter på fly eller andre steder, stå opp og beveg deg hver 45. minutt.
- Bruk ikke for trange klær, det vil hindre god sirkulasjon.
- Reduser saltinntaket i maten.
- Spis fiber, frukt og grønnsaker regelmessig. Forstoppelse kan irritere/føre til dårlig blodsirkulasjon.
- Slutt å røyke.
- Bruk komfortable sko.
- Hvil bena minst 10 minutter hver dag ved å holde dem høyere enn hodet.



! Venastat kan forsterke effekten av blodfortynnende legemidler, rådfør deg med lege. Vis forsiktighet dersom du har svekket nyre- eller leverfunksjon, lege bør kontaktes dersom symptomene forverres eller varer over lengre tid.

Noen vanlige spørsmål

Kan jeg bruke Venastat når jeg bruker støttestrømper?

Kliniske studier viser at samtidig bruk av ekstrakt av hestekastanjefrø og kompresjonsbehandling gir bedre effekt enn en av behandlingene alene¹⁾. En klinisk studie viser at kompresjonsstrømper nr.II og Venastat gir lik effekt på reduksjon av hevelser i bena etter 3 mnd behandling. Studien viste også stor forbedring på symptomer som tyngde, verking, prikking, smerter og uro i bena. Det var enklere for pasienten å følge Venastat-behandlingen²⁾.

Hvordan virker Venastat?

Forskning viser at ekstrakt av hestekastanjefrø hemmer aktiviteten av ødeleggende enzymer som kan skade veneveggen. Ekstraktet viser seg å bedre veneklaffens funksjon slik at blod-sirkulasjonen gjennom venene i bena forbedres. Dermed hindres lekkasje av væske og hevelse i bena.

Hvor mye hestekastanjefrø bør jeg ta?

I studiene som er utført og som har vist effekt er 50 mg escin to ganger daglig blitt benyttet. Dette tilsvarer ca. 300 mg ekstrakt av hestekastanjefrø som er innholdet i 1 kapsel Venastat. Det bør tas 1 kapsel om morgenen og 1 kapsel om kvelden for at virkestoffet skal ha en jevn effekt.

Kan jeg skifte mellom støttestrømper og Venastat?

Ja, mange ønsker å benytte Venastat i sommerhalvåret og kompresjonsbehandling i vinterhalvåret. Venastat virker fra innsiden av venene i bena, mens kompresjonsbehandling virker fra utsiden av bena.

1) Ref.: Diehm C. Phlebology 1996b;11(1):23-29.
D.Loew Perfusion 2001; 14:9-20

2) Ref.: Diehm et al, The Lancet 1996;Vo.347.No8997 (292-294)

Kan jeg bruke Venastat når jeg har diabetes?

Venastat er ikke tilsatt ingredienser som diabetikere ikke bør innta. På generell basis anbefales det å informere din lege om bruk av andre legemidler/naturlegemidler dersom du har diabetes.

Når kan jeg forvente å få effekt av Venastat?

Det avhenger av hvor alvorlige dine plager er i utgangspunktet, men studier viser at innen 2-6 uker kan det forventes en betydelig bedring av dine symptomer som f.eks. hevelse, smerte, følelsen av tunge ben, kløe, leggekramper etc. Husk, åreknuter forsvinner ikke, men du kan kontrollere og forebygge følgesymptomene.

Kan jeg ta Venastat når jeg er gravid el. ammer?

Gravide og ammende bør ikke innta Venastat fordi det ikke finnes tilstrekkelig dokumentasjon.

Hvor lenge kan jeg bruke Venastat?

Venastat kan brukes både periodevis og over lang tid og har ikke vist seg å ha alvorlige bivirkninger.



FOR MER INFORMASJON ELLER HAR DU SPØRSMÅL TA KONTAKT MED:

Boehringer Ingelheim
Postboks 405, 1373 Asker
Tlf.: 66 76 13 00 Fax.: 66 76 13 35
www.venastat.no

TEST DEG SELV

- Føler du uro i bena?
- Føler du ofte tretthet i bena, spesielt om kvelden?
- Er du plaget av hevelser og vondt i bena?
- Har du ofte hovne ben på varme sommerdager eller etter et varmt bad?
- Har du ofte følelsen av at skoene dine er for små, spesielt om kvelden?
- Reduserer du hevelsen i bena ved å gå eller løfte dem høyt?

Dersom du svarer "ja" på to eller flere spørsmål, kan Venastat være en hjelp for deg. Du bør måle omkretsen av begge ben, dvs. ankel og legg, om kvelden før du legger deg. Gjenta dette morgenen etter for å sjekke om du er plaget av hevelse om kvelden. Dette bør utføres flere dager på rad, da vil du se hvor store forandringene er over tid.

VENASTAT – MOT HEVELSER OG URO I BENA



KUNNSKAP GIR TRYGGHET