

چه کسانی مستعد وار س هستند؟



تمام افرادی که مستعد وار س هستند با مد در محیط کار و منزل موارد پوشگی ری از وار س را رعایت کنند. در تغذیه

خود نکات مهم را مدنظر داشته و از جوراب استاندارد پوشگی رانه استفاده کنند.

افراد زیر بیشتر در معرض ابتلا به واریس میباشند:

1- کسانی که سابقه واریس در افراد خانواده دارند ، چرا که وار س عمدتاً یک بیماری توارثی است .

اگر پدر یا مادر مبتلا به واریس باشند احتمال ابتلای فرزند به واریس 50% است و اگر هر دو مبتلا به واریس باشند احتمال

ابتلای فرزند به واریس 80% است .

2- واریس در خانمها نسبت به آقا ان شوع ب شتری دارد.

بدلیل تغییرات هورمونی خانمها مستعد واریس می باشند لذا اقدامات پیشگیرانه توسط خانمها از اهمیت ویژه ای برخوردار

است. حدود 10% آقایان و 20% خانمها در جامعه مبتلا با درجاتی از واریس هستند .

3- مصرف قرصهای هورمونی بخصوص قرص ضد بارداری

لذا در افرادی که سابقه واریس در پدر یا مادر دارند مصرف این قرصها توصیه نمی گردد .



4- در حاملگی واریس تشدید میگردد.

تشدید واریس در حاملگی بدلیل تغییرات هورمونی دوران حاملگی است ولی با مراقبت این نوع واریس برگشت پذیر است

۵- با افزایش سن خطر ابتلا به واریس بیشتر می گردد.

6- اضافه وزن به ایجاد و تشدید بیماری کمک میکند.

7- عدم تحرک به صورت نشستن یا ایستادن دراز مدت

این موضوع بخصوص در افرادی که سابقه واریس در پدر یا مادر دارند از اهمیت ویژه ای برخوردار است . و باید اقدامات

پیشگیرانه را انجام دهند .

۸- داشتن شغلی که برای مدت طولانی مجبور به نشستن در صندلی یا ایستادن ثابت و بدون حرکت پاها میباشند.

۹- یبوست شدید و طولانی مدت.





هر گونه سوالی در این زمینه دارید از طریق ایمیل [hassanravari@yahoo.com](mailto:hassanravari@yahoo.com) مطرح کنید.



بازنگری : آذر ماه ۱۳۹۸

