



zum Thema:

**Funktionelle Durchblutungsstörungen** (Raynaud Syndrom/Leichenfinger usw.)

S. 1/2

Dr. med. Reginald Weiß  
Klinik für Angiologie

## „ES IST WICHTIG, DIE URSACHE ZU FINDEN.“

Funktionelle Durchblutungsstörungen entstehen durch temporäre Verkrampfungen (Spasmen) oder aber auch durch Erweiterungen der arteriellen Blutgefäße. Die Folgen sind oft schmerzhaft Minder- oder Mehrdurchblutungen, v. a. der Finger und Zehen mit weißlichen, bläulichen oder rötlichen Verfärbungen. Auslöser können Kälte oder Stress sein. Zu diesen Erkrankungen gehört das Raynaud-Syndrom, rund 10 % der Erwachsenen sind betroffen.

Über Symptome, Diagnostik, Therapie und Prävention informiert Dr. Reginald Weiß, Chefarzt der Klinik für Angiologie der Zentralklinik Bad Berka.

### Welche Mikrodurchblutungsstörungen gibt es?

Es gibt eine Vielzahl von Mikrodurchblutungsstörungen. Wenn es um das Raynaud-Syndrom geht, müssen wir unterscheiden: Es gibt ein primäres Raynaud-Phänomen, das sind funktionelle Durchblutungsstörungen, die z. B. durch Kälte auftreten können. Sie sehen nicht schön aus, sind aber ungefährlich. Dann gibt es eine Vielzahl von sekundären Raynaud-Phänomenen. Sie haben eine Grunderkrankung als Auslöser. Häufig ist es so, dass die Symptome eines Raynaud-Phänomens bei diesen Erkrankungen eher auftreten und dann kann man erst viele Jahre später z. B. Krankheiten wie Rheuma, Sklerodermie und auch Kleingefäßentzündungen nachweisen.

### Bei Minder- oder Mehrdurchblutung, bei Fingern und Zehen, die sich weiß, rot oder blau verfärben, wann muss man zum Arzt?

Normalerweise immer, wenn es zum ersten Mal auftritt. Es ist wichtig, die Ursache zu finden. Wenn es sich um einen Primär-Raynaud handelt, müssen die Möglichkeiten von sekundären Erkrankungen ausgeschlossen werden.

### Wenn Hände und Füße nicht richtig durchblutet sind und vielleicht sogar Taubheitsgefühle eintreten, ist das ein typisches Raynaud-Symptom?

Raynaud-Symptome sind Gefäßspasmen. Sie treten anfallsartig und durch äußere Einflüsse, wie Kälte, Stress oder auch Kompressionen im Bereich der Wirbelsäule, auf. Frauen sind viermal häufiger betroffen. Insgesamt hat jeder Zehnte ein Raynaud-Phänomen.

### Hat das auch etwas damit zu tun, dass Frauen mehr frieren als Männer?

Ja, denn für diese Regelfunktionsstörung im Wärmekreislauf, der über die Nerven gesteuert wird, sind Frauen anfälliger und haben mehr Beschwerden.

### Durchblutungsstörungen haben interessante Bezeichnungen. Was ist eine Akrozyanose?

Das ist eine Blauverfärbung der Finger oder Zehen, ausgelöst durch eine Veränderung des Gefäßtonus. Das ist eine häufige funktionelle Störung und harmlos.

### Was ist eine Erythromelalgie?

Das ist das genaue Gegenteil. Es kommt dort zu einer schmerzhaften Rötung. Für die Betroffenen ist das sehr unangenehm und meist deutlich schmerzhaft.

### Wie werden Durchblutungsstörungen diagnostiziert?

Eine gute Anamnese steht immer an erster Stelle. Das Wichtigste sind Mikrozirkulationsmessungen, z. B. an den Fingern, Lichtreflexplethysmographie, Platenthermographie, aber auch Ultraschall-Doppler-Untersuchungen und Provokationstests, z. B. durch Kältereize. Eine wichtige diagnostische Möglichkeit ist auch die Kapillarmikroskopie.



zum Thema:

**Funktionelle Durchblutungsstörungen** (Raynaud Syndrom/Leichenfinger usw.)

S. 2/2

Dr. med. Reginald Weiß  
Klinik für Angiologie

## Wer gehört zur Risikogruppe für Durchblutungsstörungen?

Neben den Frauen sind Raucher häufig betroffen, Menschen mit niedrigem oder zu hohem Blutdruck haben ein Risiko, ebenso Patienten mit Stoffwechselstörungen, wie zum Beispiel Diabetes mellitus.

## Wie kann man zu Hause feststellen, ob man ein Raynaud-Syndrom hat?

Durch Kälteexposition: Wie reagieren Hände und Füße bei Kontakt mit kaltem Wasser? Wenn Sie das Tricolorphänomen, erst weiß, dann blau, dann rot, bemerken, ist das ein typisches Zeichen.

## Kann man auch vorbeugen, z. B. durch Wechselduschen?

Das ist immer gut, nicht nur für unser Thema heute.

## Gibt es eine Ernährung für gute Durchblutung?

Nein. Eine spezielle Diät gibt es nicht, viel Vitamine sind gut. Eine gesunde Lebensweise ist gut. Nikotin führt zu Gefäßspasmen, mit dem Rauchen sollte man aufhören.

## Und Rotwein?

Ein Glas ist sicher kein Problem.

## Was kann man noch tun?

Stress meiden. Die Extremitäten warmhalten, sich viel bewegen. Patienten erhalten als Ersttherapie meist Cremes, die die Mikrozirkulation anregen sowie spezielle Medikamente.

