

assunzione di una posizione antidecive (sdraiarsi, quando possibile, con le gambe sollevate di 20° per almeno 15 minuti), l'esecuzione di esercizi antistasi e possibilmente di massaggi drenanti, l'uso regolare delle tanto odiate calze elastiche; sono sicuramente, questi, piccoli o grandi sacrifici che tuttavia, alla lunga, pagano! Un discorso a parte andrebbe senz'altro fatto circa il corretto utilizzo della compressione elastica, in quanto esiste una profonda disinformazione al riguardo. Salvo le sempre possibili eccezioni, le pazienti odiano le calze elastiche perché utilizzano la calza sbagliata o perché usano male la calza giusta. Terminata la tempesta ormonale propria del periodo gravidico, tutto quanto sopra riportato tenderà a rientrare totalmente od almeno parzialmente in modo spontaneo nelle neomamme che ben si sono preparate alla gravidanza e che hanno scrupolosamente osservato le regole di cui si è detto. Ciò, ovviamente, non avverrà nelle pazienti che non hanno considerato il problema, si sono trascurate, ed hanno quindi superato il punto di non ritorno. Trascorsi 2-3 mesi dal parto, lo specialista eseguirà comunque una rivalutazione clinica e con ecocolordoppler del distretto venoso degli arti inferiori, identificherà gli eventuali problemi residui e definirà in questo modo il piano terapeutico più appropriato. Spesso i trattamenti intrapresi hanno il solo scopo di eliminare i "brutti ricordi" della gravidanza, ovvero gli inestetismi (piccole varici solo parzialmente ridottesi e capillari dilatati); a volte si deve invece fare di più in quanto il problema residuo non è solo di tipo estetico, ma funzionale. Esistono oggi, fortunatamente, possibilità di cura nuove, assolutamente efficaci e nel contempo assai poco invasive; tra i trattamenti operativi ricordiamo la sclerosi ecoguidata con schiuma, la fotocoagulazione laser, l'obliterazione con radiofrequenza. Nei Centri specialistici avanzati, il ricorso alla classica safenectomia non è più una necessità imprescindibile.

[Leggi le risposte del Dott. Florian](#)

[Per ulteriori approfondimenti, visita il sito del Dott. Florian](#)

## Link di Quinamme

[Gli Esperti di Ok!](#)