

NEWSLETTER

Venen - mit MBT - läuft's besser !

Venen - Muskel - Pumpe

Das Blut muss durch die Venen entgegen der Schwerkraft, zurück zum Herzen transportiert werden. In den Beinvenen befinden sich alle 6-7 cm sogenannte Venenklappen. Wie ein Ventil erlauben Sie den Blutfluss nur in eine Richtung - zum Herzen. Hierzu kommt die wichtigste Antriebskraft, die sogenannte **Muskelpumpe** zum Einsatz. Beim Anspannen der Muskulatur pressen sie die zwischen ihnen liegenden Venen zusammen und das Blut zum Herzen zurück. Hierbei leistet die Wadenmuskulatur (unser zweites Herz), neben den Fußmuskeln, dem Sprunggelenk und den Oberschenkelmuskeln die Hauptarbeit.

Blutkreislauf

* Arterien transportieren das sauerstoffreiche Blut vom Herz in den Körper und versorgen Organe und Gewebe mit Nährstoffen. **VENEN** sammeln das sauerstoffarme Blut und leiten (ca. 7000 Liter pro Tag) zum Herzen zurück. Von dort gelangt das Blut in die Lunge, wo es wieder mit Sauerstoff angereichert wird und der Kreislauf beginnt erneut. Dabei kommt der sogenannten - **Muskel - Venen - Pumpe** der Füße und Beine eine sehr wichtige Funktion zu.

* Etwas vereinfachte Darstellung



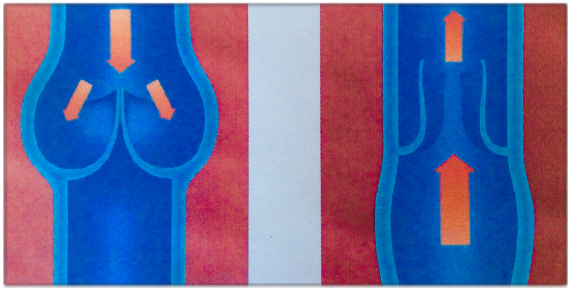
Gesunde, starke, schöne Beine !

Bei mangelnder Bewegung wird die Muskel-Venen-Pumpe nicht genügend aktiviert. Regelmäßige und richtige Belastung der Fuß - und Beinmuskulatur fördert die Funktion und Leistung der Muskelpumpe, verstärkt den Rückfluss und vermeidet gestaute Venen. **MBT** eignet sich hervorragend zur Prävention und als begleitende Therapie bei Venenproblemen. Durch die einzigartige Gestaltung der MBT Hightech - Sohle wird die Muskelpumpe beim Gehen und selbst beim Stehen optimal trainiert.

Sitzen ist das neue Rauchen !

Diese Aussage entstand durch die stets fortschreitende Anzahl von Venenproblemen. Nach Einschätzung der Deutschen Gesellschaft für Phlebologie haben neun von zehn Erwachsene zumindest leichte Veränderungen der Beinvenen. Venenprobleme haben sich mittlerweile zur Volkskrankheit Nummer 1 entwickelt.

Schöne, gesunde Beine brauchen MBT



Venenklappen

Das Venensystem

Mit zunehmendem Alter, durch angeborene Venenschwäche, zu vieles Sitzen, ungesunde Ernährung, schlechtes Schuhwerk, falsche, einseitige Belastung, Übergewicht..., können Venenwände immer mehr erschlaffen und die Venen erweitern sich. Erweitern sich die Venen, schließen die Venenklappen nicht mehr richtig.

Das Blut wird langsamer zurück transportiert oder fließt sogar nach unten zurück. Dadurch erhöht sich der Druck in den Venen. Die überlasteten Venenwände weiten sich aus. Außerdem wird das sauer- und nährstoffarme Blut nicht mehr richtig ausgetauscht.

Haut und Gewebe können nicht mehr optimal versorgt werden. Schwellungen, Krampfadern, Schmerzen, Hautveränderungen etc. sind die Folge.

MBT hält die Beinmuskulatur auf Trab sorgt für gesunde Venen und formt zudem schöne Beine.

Venenprobleme

Als Venenproblem werden alle Erkrankungen des oberflächlichen und tiefen Venensystems und ihre Folgen bezeichnet. Beschwerden in den Beinen wie Schwellungen, Schweregefühl, Krampfadern, Juckreiz sowie nächtliche Wadenkrämpfe sind häufig Symptome. Venenprobleme sollte man ernst nehmen! Bereits leichte Veränderungen der Beinvenen können sich zu einer Erkrankung mit schwerwiegenden Folgen entwickeln. Venenleiden bilden sich langsam über Jahre hinweg. Deshalb, auch schon erste Hinweise ernst nehmen oder noch besser frühzeitig vorbeugen.



MBT - aus Freude an Bewegung