

## Quali sono le migliori creme per vene varicose e come agiscono

Le vene varicose sono una delle problematiche più diffuse soprattutto fra le donne. Se durante l'inverno con i pantaloni e le calze questo inestetismo è meno visibile, ma con l'arrivo della bella stagione e con l'esigenza di scoprirsi di più diventa invece più evidente, causando disagi anche a livello psicologico. Nella maggior parte delle situazioni **una crema per vene varicose e capillari può essere un utile rimedio** per alleviare e prevenire questo problema, mentre solo nei casi più gravi è necessaria una risoluzione chirurgica.

Vediamo in modo specifico quali sono i migliori trattamenti vene e capillari, come applicarli e le controindicazioni, ma anche quali sono le cause di questa condizione che affligge moltissime donne di ogni età e anche qualche uomo.

### Come scegliere il prodotto migliore

Per capire come funziona una crema che agisce sulle vene varicose e i capillari è necessario prima conoscere la natura di questa patologia che colpisce la parte superficiale degli arti inferiori. **Le vene in queste zone tendono a dilatarsi in modo innaturale e permanente**, fino a diventare visibili e ad assumere l'aspetto di quelle che abitualmente vengono chiamate anche varici.



Intervenire fin da subito con delle creme varici è fondamentale, non solo per motivi estetici ma più che altro per le complicazioni che le vene varicose possono portare nel tempo, come ad esempio flebiti e infiammazioni.

Sul mercato esistono diversi prodotti in grado di attenuare questo problema. Le creme per i capillari più vendute **sono a base di ingredienti naturali**, come ad esempio frumento e olio di oliva, ma anche aloe vera, escina, centella, estratti di ippocastano, rusco oppure vite rossa. Questi elementi

sono noti per la capacità di fornire elasticità alla pelle, portare sollievo alle gambe pesanti e migliorare il tono muscolare. Le migliori creme vene e capillari inoltre hanno anche un'azione drenante. In altre parole favoriscono la microcircolazione sanguigna e sono **ideali per chi a fine giornata sente le gambe stanche e le caviglie gonfie**. Molti trattamenti vene varicose sono anche arricchiti con ingredienti rinfrescanti come l'olio di menta, utili soprattutto in estate quando le temperature sono più elevate e le gambe sono le prime a risentirne.

## Come agiscono le creme per vene varicose?

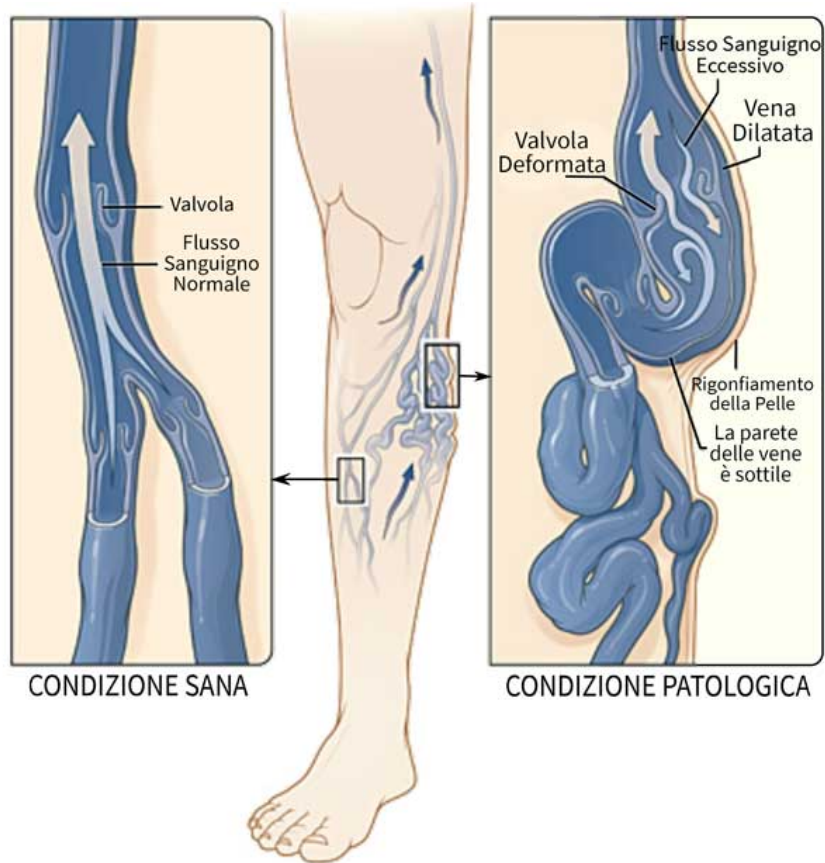
L'obiettivo è ridurre visibilmente le vene e nascondere i capillari, ma allo stesso tempo anche **migliorare l'insufficienza venosa** attraverso la produzione di collagene, essenziale per l'elasticità e la resistenza dei vasi sanguigni. La fragilità capillare trae sempre beneficio dall'utilizzo di questi trattamenti per le gambe.

Naturalmente è importante verificare la gravità della situazione e decidere anche con il medico specialista (chirurgo o dermatologo) se è possibile utilizzare queste creme in via preventiva o curativa, oppure se è già necessario rivolgersi alla chirurgia per una soluzione definitiva. Nella maggior parte dei casi le creme sono un valido aiuto.

## Applicazione creme varici

Le creme e i gel vene varicose vanno applicate, generalmente mattina e sera, in modo localizzato sulle aree interessate dal problema. In alcuni trattamenti è specificato che per aumentare i benefici è necessario prima sciacquare con acqua fresca l'area, anche per favorire il microcircolo.

Ogni trattamento ha una sua maniera di utilizzo, ma solitamente si può abbondare con il prodotto **massaggiandolo in modo delicato ma accurato**. Queste creme per capillari e vene infatti sono a lento assorbimento, per fare in modo che gli ingredienti benefici rimangano più a lungo nell'area che deve essere trattata.



Le creme vene e capillari non vanno mai applicate su lesioni o vicino alle mucose e sono esclusivamente pensate per uso esterno. Anche se con ingredienti naturali, si tratta pur sempre di medicinali e non vanno assunte per periodi troppo lunghi consecutivamente.

## Controindicazioni

Come per qualsiasi medicinale anche per questa tipologia di trattamenti è fondamentale essere informati e leggere il foglietto. Alcune creme vene varicose sono infatti sconsigliate a chi soffre di malattie al fegato o patologie renali.

Naturalmente l'ipersensibilità ai principi contenuti nel prodotto è un'altra ragione per evitare l'utilizzo. In linea generale poi, come per qualsiasi nuovo trattamento, meglio fare un test su una piccola porzione di pelle. **In caso di gravidanza e durante l'allattamento** molte creme vene varicose non vanno bene, ma per alcuni gel invece non ci sono controindicazioni, anche se è sempre consigliabile un confronto con il proprio medico di fiducia.

## Vene varicose cause e consigli

Oltre all'utilizzo di una buona crema per vene varicose è fondamentale cercare di conoscere le cause che portano a questa patologia, non sempre congenita ma **spesso determinata da cattive abitudini**. Nonostante le cause siano ancora sotto esame, sovrappeso, obesità e stitichezza sono elementi strettamente collegati alla presenza delle varici. Seguire una buona alimentazione ricca di fibre e bere tanta acqua può ridurre il rischio di soffrirne. L'aumento della pressione venosa è un'altra delle cause. Anche lavorare in piedi purtroppo non aiuta, ma spesso è obbligatorio. In questi casi meglio a fine giornata **applicare un trattamento vene varicose** e rimanere per qualche minuto con le gambe sollevate.