



[Blodkärl](#)

Åderbråck ser ut som blåaktiga, knöliga upphöjningar på benen. Oftast beror åderbråck på att trycket i benens blodådror har ökat. Det gör att blodådrorna utvidgas och blir mer synliga. Det är inte säkert att åderbråck ger besvär. Men ibland kan du behöva behandling för att slippa symtom som exempelvis svullna ben, eksem eller bensår.

Var tredje vuxen person har åderbråck i någon form. Åderbråck brukar sällan försvinna av sig själv, med undantag för vissa åderbråck i samband med graviditet.

Åderbråck ger inte alltid andra besvär än synliga blodådror. Men om du har andra besvär kan det till exempel vara något av följande:

- Du blir svullen i benet.
- Huden runt åderbråcket kliar.
- Åderbråcket ömmar vid beröring.
- Det gör ont i benet om du står eller sitter länge.
- Du har tyngdkänsla eller benet känns spänt.

Du kan få hudförändringar som [inflammation](#), [eksem](#) eller svårläkta [bensår](#) om svullnaden inte behandlas.

Kontakta en [vårdcentral](#) om du har besvär av åderbråck. Det är särskilt viktigt om benet svullnar, om du får bensår, om du får hudinflammation eller om du får eksem.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård.

Du kan lindra symtom vid åderbråck i benen med fysisk aktivitet, till exempel genom att promenera. Undvik att vara stilla alltför långa stunder. Försök att ha benen högt så ofta du kan. Du kan till exempel ha benen på en pall eller en stol.

Du kan även lägga dina ben högt när du sover med hjälp av till exempel kuddar om benen eller åderbråcken är svullna. Undvik kläder, strumpor och skor som sitter åt på benen.

En elastisk stödstrumpa lindrar besvären genom att ge ett jämnt tryck som motverkar att benen svullnar. Det finns även en kraftigare modell som kallas kompressionsstrumpa. Strumporna ger stöd så att åderbråcken trycks ihop och då minskar risken för att benen svullnar.

Du som har besvär av åderbråck kan behöva få behandling. Det finns flera olika sätt att ta bort åderbråck.

Värmebehandling med laser eller behandling med mikrovågor är de vanligaste metoderna för att ta bort åderbräck. De stora ådrorna förstörs då av värmen från lasern eller av mikrovågorna. Synliga åderbräck måste vanligen tas bort genom små hudsnitt, precis som vid en vanlig operation. Innan det görs får du [lokalbedövning](#).

Ibland kan du få en spruta med ett skum som gör att åderbräcken skrumpnar och försvinner. Den behandlingen kräver ingen bedövning, men är något mindre effektiv än operation. Du kan därför behöva behandlas flera gånger. Skumbehandling används oftast för små och mindre utbredda åderbräck.

Den här metoden används om du har stora och utbredda slingriga ådror. Huvudådrorna tas bort tillsammans med de flesta synliga åderbräcken. Du får en del övergående blåmärken eftersom ådrorna inte sys ihop. Vanligtvis är du [sövd](#) under operationen eller får en [ryggbedövning](#).

I benens blodådror finns klaffar som fungerar som ventiler för att blodet ska rinna tillbaka till hjärtat. Åderbräck beror oftast på att klaffarna fungerar sämre eller att väggarna i blodådrorna har blivit svaga och utvidgar sig. Det gör att trycket i blodådrorna ökar. Då utvidgar de sig och blir ännu mer slingriga och synliga.

Gener, hormoner och graviditet kan göra att du får åderbräck i benen. Du som tidigare har haft en blodpropp i benet kan ha något lättare att få åderbräck.

Du kan [söka vård på vilken vårdcentral eller öppen specialistmottagning](#) du vill i hela landet. Ibland krävs det [remiss](#) till den öppna specialiserade vården.

För att du ska kunna vara delaktig i din vård och behandling är det viktigt att du [förstår informationen du får](#) av vårdpersonalen. Ställ frågor om du inte förstår. Du ska till exempel få information om behandlingsalternativ och [hur länge du kan behöva vänta på vård och behandling](#).

Du har möjlighet att [få hjälp av en tolk om du inte pratar svenska](#). Du har också möjlighet att [få hjälp av en tolk om du har en hörselnedsättning](#).

Hjärta och blodomlopp

Senast uppdaterad:

2022-06-09

Redaktör:

Peter Tuominen, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Olle Nelzén, kärlkirurg, Skaraborgs sjukhus, Skövde

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt.

1177 ger dig råd när du vill må bättre.

I

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).