

**x 2 à 3**  
La proportion de femmes concernées par rapport aux hommes



**25%**

Le pourcentage de la population atteinte de varices

## Les varices

Veines dilatées et tortueuses, les varices peuvent empêcher le sang d'être correctement ramené vers le cœur. Il s'agit alors d'un mauvais retour veineux qui provoque des symptômes désagréables, mais le plus souvent sans danger. Lorsque ceux-ci deviennent invalidants ou sont associés à des varices importantes, à un œdème ou à un ulcère, il faut toutefois intervenir. Un vaste arsenal thérapeutique est à disposition pour traiter cette affection fréquente.

Expert : Pr Marc Righini, médecin-chef du Service d'angiologie et d'hémostase des HUG

### Facteurs de risque

- Âge
- Surpoids
- Sédentarité
- Position debout ou assise prolongée
- Grossesse
- Hérité
- Contraception orale
- Ménopause

### Le retour veineux

Concernant le plus souvent les membres inférieurs, les varices engendrent une « insuffisance veineuse » : le sang n'est pas correctement ramené vers le cœur.

#### 1 Arrivée du sang « frais »

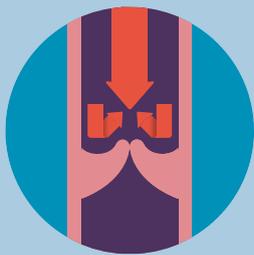
Le sang en provenance du cœur, chargé en oxygène, descend vers les jambes via les artères.

#### 2 Remontée du sang « veineux »

Arrivé aux pieds, il est pris en charge par le système veineux pour remonter vers le cœur. Cette mission est assurée à 70% par les veines profondes et à 30% par les veines superficielles. Ces dernières sont le plus souvent sujettes aux varices.

#### Veine saine

Pour assurer le retour veineux, certaines veines sont équipées de valvules, sortes de clapets évitant un reflux du sang vers le bas.



#### Artère

**Veine fémorale**  
Veine profonde située au centre de la jambe, invisible de l'extérieur

**Grande saphène**  
Veine superficielle donnant naissance aux varices

### Mauvais retour veineux

En cas de mauvais retour veineux, des complications peuvent apparaître :

#### 3 Varicosités intradermiques

Fines dilations des veines superficielles, les varicosités intradermiques sont sans gravité.

#### 4 Varice tronculaire

Au niveau des veines comportant des varices, le retour veineux se fait mal. Une partie du sang stagne. Conséquences : sensation de jambes lourdes, fourmillements, coloration brunâtre de la peau, etc.

#### 5 Ulcère

En cas de varices importantes, une insuffisance veineuse chronique peut survenir, dont la complication la plus sévère est un ulcère cutané au niveau des chevilles.

#### En cas de varices

Les valvules dysfonctionnent. Sous le poids du sang refluant, la veine se dilate. On parle de veine « incontinent ».



#### Ulcère



### Prévention

L'hygiène de vie prévient l'apparition des varices et atténue les symptômes si elles sont installées.

#### Conseillé

- Activité physique régulière (marche, vélo, natation, etc.)
- Douche d'eau froide sur les jambes matin et soir
- Surélévation des jambes (si possible la journée ; en surélevant les pieds du lit de 10-15 cm la nuit).

#### Déconseillé

- Position debout ou assise prolongée
- Exposition prolongée à des sources de chaleur (soleil, sauna, hammam, etc.)
- Port de talons hauts

### Traitements

De nombreuses options thérapeutiques existent selon la taille des varices et l'ampleur des symptômes.

#### Médicaments veino-actifs

Conseillés par cures de 1 à 3 mois, ils soulagent les douleurs et la sensation de jambes lourdes.

#### Bas de compression de classe 2

La compression élastique freine l'évolution des varices.

#### Sclérothérapie liquide

Injection d'un liquide sclérosant faisant disparaître les varices de petite taille (varicosités intradermiques).

#### Sclérothérapie à la mousse

Injection d'une mousse faisant disparaître

les varices de taille plus importante (varices tronculaires).

#### Mini-phlébectomie

Il s'agit de retirer les varices via des micro-incisions.

#### Laser endoveineux

Il élimine la veine de l'intérieur en utilisant l'énergie thermique (chaleur).

#### Éveinage chirurgical

Aussi appelée stripping, cette intervention consiste à retirer la veine malade à partir de deux incisions : une au niveau du pli de l'aîne, l'autre, plus bas, dans la jambe.