

Mistanke om nedsatt blodsirkulasjon i bena (røykeben) – forbered deg før du går til legen

For at du skal få best mulige råd, er det fint om du har tenkt over disse spørsmålene før du møter legen eller sykepleieren.

- Har du vondt i bena når du beveger deg, eller kjenner du kribling eller kramper?
- Beveger du deg regelmessig? Hvis ja, hvor langt pleier du å kunne gå uten å behøve å stoppe?
- Blir smertene, kriblingene eller krampene i bena mindre når du stopper?
- Har du et fot- eller bensår som ikke gror?
- Når målte du blodtrykket sist?
- Har du fått målt blodtrykket i bena for å sikre blodomløpet i benarteriene?
- Har du problemer med hjertet, f.eks. karkramper fra før av, eller har du hatt hjerteinfarkt?
- Har noen av slektningene dine hatt problemer med kar eller hjerte?
- Har du diabetes?
- Har du høyt kolesterol?
- Røyker du eller har du røykt tidligere?

Spør gjerne fastlegen om kostholdsrad. Det er en sammenheng mellom kosthold og åreforkalkning. Også overvekt er en kjent risikofaktor for mange hjerte- og karsykdommer.