

Etalage benen

Claudicatio intermittens

Er is bij u vastgesteld dat er sprake is van Claudicatio Intermittens, ofwel etalage benen. Hier kunnen verschillende oorzaken voor zijn, maar in uw geval is er sprake van een vernauwing of verstopping in de bloedvaten.

In bijna alle gevallen gaat het om een relatief onschuldige uiting van (slag) aderverkalking, ofwel arteriosclerose. Er staat hier nadrukkelijk relatief, omdat een afwijking aan de beenvaten niet direct levensbedreigend is. Aderverkalking heeft echter de neiging om zich door het hele lichaam voor te doen.

Afwijkingen in de kransslagaders van het hart en in de bloedvaten naar het hoofd kunnen veel ernstiger gevolgen hebben. Maar ook in de benen kunnen de afwijkingen aan de bloedvaten, indien ze niet worden behandeld, tot invaliditeit leiden.

Oorzaken

Er zijn verschillende oorzaken voor aderverkalking aan te wijzen.

Erfelijke aanleg en ouder worden zijn twee factoren waar wij natuurlijk geen invloed op hebben. Er zijn echter ook een aantal oorzaken waar we wel degelijk invloed op kunnen uitoefenen:

- **Roken**
Roken, met name van sigaretten heeft een slechte invloed op het hele lichaam, zeker ook op de bloedvaten. Stoppen met roken is een van de beste manieren om de ziekte direct bij de oorzaak aan te pakken. Wij weten hoe moeilijk dit is. Het heet ten slotte niet voor niets een verslaving. Daarom hebben wij een aparte “Stoppen met roken” poli, om u hierbij te helpen.
- **Hoge bloeddruk**
Door een te hoge bloeddruk staan alle vaten in het lichaam onder een te hoge belasting. Als reactie hierop heeft het lichaam de neiging om de vaten extra te verstevigen en slijben zij dicht. Van de hoge bloeddruk zelf merkt u niets, maar wel van de gevolgen hiervan. Het is daarom verstandig om boven uw veertigste de bloeddruk jaarlijks te laten controleren, en indien nodig ook te laten behandelen. U kunt hier zelf ook al iets aan doen door geen overmatig zout te gebruiken.
- **Diabetes mellitus (suikerziekte)**
Diabetes mellitus ofwel suikerziekte heeft een slechte invloed op de bloedvaten door het hele lichaam. Het is daarom belangrijk om de suikerwaarden in het bloed zo goed mogelijk te (laten) regelen.
- **Hoog cholesterol gehalte**
Hier kunt u op verschillende manieren invloed op uitoefenen. In de eerste plaats natuurlijk door uw voedingsgewoonten te bekijken. Eet zo min mogelijk dierlijke vetten en meer plantaardige vetten. Een uitzondering hierop vormt vette vis zoals zalm, makreel en haring die juist wel een goede invloed op de bloedvaten heeft. Als aanvulling op een gezond dieet kunnen cholesterol remmers, de zogenaamde “Statinen” een remmende invloed op het proces van aderverkalking hebben. Indien er al voor uw zestigste aderverkalking is vastgesteld kan het verstandig zijn om de vasculair internist te raadplegen om alle risicofactoren te bespreken.
- **Overgewicht**
Het bestrijden of voorkomen van overgewicht is goed voor de algemene gezondheid en helpt ook mee aan het behoud van gezonde bloedvaten.

Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum
Maatweg 3
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn
Molenweg 2
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld
(Medisch Centrum de Burgt)
Nederwoudseweg 17
3772 TD Barneveld

Locatie Nijkerk
(De Nije Veste)
Oranjelaan 104
3862 CX Nijkerk

Postadres:

Postbus 1502
3800 BM Amersfoort

Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50
Afspraken: 033 – 850 60 70

KvK Gooi en Eemland:

32082917

www.meandermedischcentrum.nl

- **Te weinig lichaamsbeweging**

Ten slotte is voldoende lichaamsbeweging essentieel voor een gezond lichaam en gezonde bloedvaten. Het is aan te bevelen om minstens een half uur lichaamsbeweging per dag te nemen. Lopen in een redelijk tempo is hiervoor het beste. Indien er factoren zijn die dit voor u bemoeilijken, kunt u ook fietsen of lopen op een hometrainer.

Behandelingsmogelijkheden

Naast de maatregelen om aderverkalking zoveel mogelijk af te remmen, zijn er ook maatregelen om de problemen met het lopen op te lossen.

Achtereenvolgens zijn dit:

- Gesuperviseerde looptraining
- Dotterbehandeling
- Bypass operatie
- Het schoonmaken van de slagader (endarteriëctomie)
- Overige behandelingen

Uw behandelend arts zal met u bespreken wat in uw geval de best passende behandeling is.

- **Gesuperviseerde looptraining**

De pijn die tijdens het lopen ontstaat, wordt veroorzaakt doordat er te weinig bloed in de spieren komt, die daardoor verzuren. Het kan aanvoelen of de spieren van lood zijn. In tegenstelling tot andere vormen van pijn, is de pijn die u bij het lopen voelt niet schadelijk. In tegendeel, de verzuring in de spieren is de beste prikkel voor het lichaam om nieuwe sluiptwegen voor het bloed te vormen, zodat er weer een betere aanvoer voor het bloed en zuurstof ontstaat.

Door consequent driemaal daags een vaste wandeling te maken en dan na het begin van de pijn nog tien extra stappen te zetten, ondervinden veel (50-75%) van de patiënten na enkele maanden een zodanige verbetering van de klachten dat zij geen behoefte meer hebben aan een Dotterbehandeling of operatie. U hoeft dit echter niet alleen te doen! Een atleet die voor een wedstrijd oefent, heeft immers ook de begeleiding van een coach. Onderzoek onder grote aantallen Nederlandse patiënten heeft laten zien dat begeleiding door een speciaal opgeleide fysiotherapeut een beter resultaat geeft, dan wanneer iemand het alleen moet doen. Ook in de regio Amersfoort is een kring speciaal hiervoor getrainde fysiotherapeuten actief. Afhankelijk van de ernst van de klachten, bevelen wij aan te beginnen met deze looptraining.

Indien de looptraining niet het gewenste resultaat oplevert of voor u niet haalbaar is, maar ook wanneer u al pijn heeft zonder te lopen of als er zich al wondjes aan de voet bevinden, zijn er nog andere mogelijkheden om de doorbloeding te verbeteren.

- **Dotterbehandeling**

Het is alweer enkele tientallen jaren mogelijk om een vernauwde slagader op te rekken. Hiertoe wordt de slagader in de lies aangeprikt, en wordt een katheter met een ballon aan de tip ingebracht. Door de ballon in de vernauwing op te blazen, kan deze meestal opgerekt worden, zodat het bloed weer beter doorstroomt.

De behandeling duurt 30 tot 60 minuten en wordt onder plaatselijke verdoving uitgevoerd. Vanwege de mogelijkheid van een nabloeding blijft u, afhankelijk van het verloop van het onderzoek, nog enkele uren tot een nacht in het ziekenhuis. Indien de behandeling goed gelukt is, zult u dat direct ondervinden.

Voor meer informatie over deze behandeling verwijzen we naar de brochure "Interventieangiografie".

Zoals bij iedere behandeling komt het ook wel eens voor dat de behandeling geen succes heeft. Soms is het niet mogelijk om het bloedvat aan te prikken en soms is de vernauwing zo ernstig verkalkt dat het niet lukt om deze op te rekken. De chirurg zal dan met u bespreken welke behandeling het beste bij u past.

- **Bypass operatie**

Indien de looptraining en een dotterbehandeling voor u niet mogelijk zijn of niet het gewenste resultaat hebben opgeleverd, dan is het soms wel mogelijk om een omleiding, een zogenaamde bypass, aan te leggen. Voorwaarde hiervoor is wel dat er een stuk open bloedvat aanwezig moet zijn, om de bypass op aan te sluiten.

Een bypass operatie kan op verschillende manieren worden uitgevoerd. De aard van de operatie die bij u uitgevoerd gaat worden, is afhankelijk van de plaats waar het bloedvat verstoppt zit, en waar de aansluitingsplaatsen open zijn. Indien de buik of bekkenlagader behandeld moet worden, is een buikoperatie nodig om dit te verhelpen. Indien dit voor u een te zware belasting zou zijn, kan het soms een goed alternatief zijn om een omleiding van de ene lies naar de andere aan te leggen, of om dit vanaf de slagader onder het sleutelbeen naar de lies te doen.

Voor meer informatie over de bypassoperatie verwijzen we u naar de brochures: “Operatie vernauwing/afsluiting beenslagader” en “Operatie bij vernauwing/afsluiting bekkenlagader”.

- **Schoonmaken van de slagader (endarteriëctomie)**

Dit is een behandeling van een vernauwde slagader. De specialist snijdt hierbij de slagader open en verwijdert de plaque en de binnenste laag van de vaatwand. De vaatwand herstelt zich daarna weer snel. Na de behandeling wordt de slagader gehecht. Hiervoor gebruikt de specialist een stukje van een ader of een kunststof inzetstukje (patch).

- **Overige behandelingen**

Wanneer de doorbloeding niet meer operatief of met dotteren te verbeteren is, blijven er nog andere mogelijkheden open. Bepaalde geneesmiddelen hebben een gunstige invloed op de weefseldoorbloeding. Het wondermiddel dat we nodig hebben bestaat helaas niet, maar alle kleine beetjes helpen, zodat we dit ook in uw geval kunnen proberen.

Sommige patiënten zijn te helpen doordat de anesthesioloog met een prik een zenuwbaan in de flank kan uitschakelen (lumbale sympatectomie), waardoor de kleine haarvaatjes iets verder open kunnen gaan.

Ook dit is geen wondermiddel, maar nogmaals: alle kleine beetjes kunnen helpen.

Tenslotte bestaan er nog mogelijkheden waarvoor we u naar een ander ziekenhuis kunnen doorverwijzen. Dit betreft:

Stamceltherapie

Dit betreft een nog experimentele behandeling, waarmee op verschillende terreinen van de geneeskunde bemoedigende resultaten worden geboekt. De behandeling komt er op neer dat er bij u beenmerg wordt afgenomen dat aan een bepaalde behandeling wordt onderworpen.

De afgenomen cellen worden hierna teruggegeven met de bedoeling dat zij gaan uitgroeien tot nieuwe bloedvaatjes. Dit is echter een tijdrovende behandeling waarbij er weken of zelfs maanden overheen gaan voordat er verbetering optreedt. Hierdoor is het niet meer bij iedereen zinvol om deze behandeling te proberen.

Hyperbare zuurstoftherapie

Een andere mogelijkheid is de hyperbare zuurstoftherapie. De taak van de bloedsomloop is het zuurstoftransport. Wanneer het transportmiddel te kort schiet, valt dit te compenseren door het zuurstofaanbod te vergroten. U wordt hiertoe met een aantal mede-patiënten in een grote tank geplaatst zoals deze ook door duikers gebruikt wordt. U krijgt dan zuivere zuurstof onder een hogere druk dan normaal in te ademen. U voelt hier helemaal niets van. Toch wordt de behandeling als zwaar ervaren, doordat het nodig is om hiervoor gedurende enkele weken dagelijks naar Amsterdam of een ander centrum met deze mogelijkheid te reizen.

Tot slot

Ieder mens is uniek en iedere situatie verschilt. Hebt u nog vragen die onbeantwoord zijn? Aarzelt u vooral niet om uw vragen aan de arts te stellen.

Meer informatie

www.hartstichting.nl/vaatziekten

www.hartenvaatgroep.nl

28309_chi_etalagebenen_jan14