

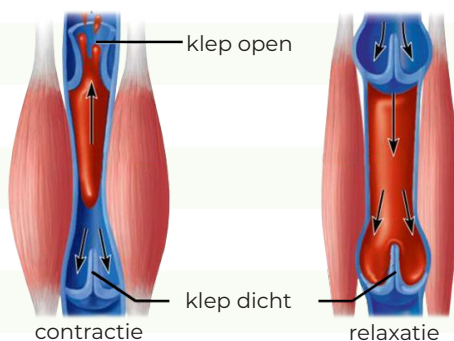
BEENWOND DOOR HET TEKORTSCHIETEN VAN ADERS

U bent naar BBeterzorg verwezen in verband met een beenwond ten gevolge van het te kort-schieten van uw aders in het been. In deze folder geven wij uitleg over de oorzaken, symptomen en leefstijladviezen ter voorkoming van een recidief.

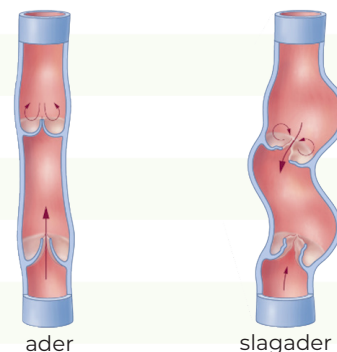
WAT IS VENEUS VAATLIJDEN

Een andere naam voor een beenwond, waarbij veelal sprake is van vochtophoping in het been, heet ook wel een veneus ulcus. Een veneus ulcus is een wond die ontstaat door veneuze insufficiëntie. Veneuze insufficiëntie is het tekortschieten van het veneuze bloedcirculatiesysteem, ofwel de aders. Door onvoldoende afvoer van vocht, bloed en afvalstoffen kunnen klachten ontstaan, variërend van vermoeidheid in de benen tot nietgenezende wonden.

De bloedcirculatie wordt gestimuleerd door de buiging van onze beenspieren. Als we wandelen, joggen, of onze voeten zwaaien in een schommelende beweging, dan activeren we automatisch onze kuitspieren. De afwisselende buiging en ontspannende beweging van de kuitspieren gedragen zich als een ingebouwde pomp in de onderbenen om bloed te helpen circuleren (afb.1). De aders in de benen zijn voorzien van terugslagkleppen (afb.2). Die voorkomen dat het bloed de verkeerde kant op stroomt. Als deze aders niet goed meer werken of de kuitspier niet genoeg wordt aangespannen, kunnen de aders zich uit zetten (spataders) waardoor het vocht uit de aders in de omliggende weefsels terecht komt. Dit zorgt ervoor dat uw benen opzwellen en vocht vasthouden, ook wel oedeem genoemd. Doordat de lokale bloedsomloop verstoord raakt wordt de huid kwetsbaar en kan een wond ontstaan.



Figuur 1: werking kuitspier gespannen en ontspannen.
chirurgisch.nl. 2020



Figuur 2: weergave ader en spatader.
Zorgverzekeringswijzer, 2020

WAT KUNT U VOELEN OF ZIEN AAN UW BENEN?

Zo herkent u veneuze insufficiëntie aan uw benen:

- Aanwezigheid van spataderen.
- Krampen in uw kuitspieren in uw benen
- Een zwaar, gespannen of warm gevoel in uw benen.
- Rusteloze benen.
- Bruine verkleuring van de huid, ook wel als hyperpigmentatie genoemd.
- Droge, verdikte "schubbige" huid, ofwel hyperkeratose.
- Jeuk.
- Eczeem.
- Vochtophoping, ofwel oedeem.
- Witte verkleuringen, ook wel atrofie blanche genoemd.
- Slecht genezende wonden .



HOE STIMULEERT U DE WONDGENEZING?

Om de wond te laten genezen is een goede bloeddorstrooming belangrijk. Compressie therapie draagt hieraan bij. Compressie therapie kan toegepast worden door het dragen van zwachtels, steunkousen of niet elastisch verband met klittenband. Wanneer er geen compressie wordt toegepast kunnen er vochtophopingen in uw benen ontstaan. Uw wond kan dan niet genezen, ook al wordt er gebruik gemaakt van de meest optimale verbanden.

Wanneer de wondverpleegkundige naast veneuze insufficiëntie een vermoeden heeft van slagadervernauwing, zal de verpleegkundig specialist van BBeterzorg een bloedvatenonderzoek doen. Dit omdat dan vaak geen compressietherapie gegeven mag worden.

Vertoont uw wond weinig vooruitgang ondanks compressietherapie en een adequaat wondverband, kan de wondverpleegkundige u in overleg met uw huisarts verwijzen voor veneuze vaatchirurgie.



WAT KUNT U VOELEN OF ZIEN AAN UW BENEN?

Er zijn een aantal tips die u zelf kunt doen om een veneus ulcus te voorkomen. Denk hierbij aan het volgende:

- Draag altijd een vorm van compressie, zoals bijvoorbeeld een steunkous. Ook bij warm weer, bij wonden of bij veel vocht in de benen.
- Compressie therapie kan een droge huid veroorzaken. Hierdoor kunnen nieuwe wonden ontstaan. Smeer uw benen dagelijks in met huidolie of vocht inbrengende crème.
- Lopen, bewegen en/of sporten voor stimulatie van de bloedcirculatie.
- Draag gemakkelijk en stevig schoeisel. Vermijd schoenen met hoge hakken, deze verhinderen de pompwerking van de kuitspieren.
- Voorkom overgewicht, eet gezond. Gezonde voeding ondersteunt het lichaam.

- Zorg ervoor dat uw kleding niet afknelt. Dit kan nieuwe wonden veroorzaken of bestaande wonden verergeren.
- Wanneer u ligt of zit is het beter om de benen hoog te leggen, hierdoor kan vochtophoping afnemen.
- Niet roken, dit verslechtert de bloedcirculatie.

Indien binnen een half jaar een nieuwe wond op dezelfde plaats ontstaat, dan kunt u BBeterzorg contacteren. Indien u niet (meer) in zorg bent, dan moet u contact opnemen met de huisarts. Deze kan inschatten of u verwezen moet worden naar ons.

Voor meer informatie en antwoord op uw vragen kunt u terecht bij BBeterzorg.

085 047 91 46 

WWW.BBETERZORG.NL 