

Etalagebenen

Etalagebenen betreft een afwijking in één van slagaders naar of in de benen. Het kenmerkt zich door krampende pijn in (een deel van) de benen, die na rust weer verdwijnt.

Symptomen

Etalagebenen kenmerkt zich door pijn in bil, bovenbeen, kuit of voet na een stuk wandelen. Na korte tijd rusten neemt de pijn af en kan het lopen worden voortgezet. Daar komt dan ook de naam vandaan: na het stilstaan voor een etalage neemt de pijn af en kunt u weer verder lopen. Mogelijk zijn er meer klachten, zoals:

- Koude voeten
- Verlies van haar op de benen
- Verdikte teennagels (vaak met een schimmelinfectie)
- Vertraagde nagelgroei
- Het been kleurt wit als u het optilt en rood als u het laat hangen

In een vergevorderd stadium van vaatvernauwing of afsluiting van de slagaders, kan het bloedtekort ook in rust optreden. Dan voelt u de pijn dus ook als u in bed ligt. Daarnaast genezen wonden aan de benen in dit stadium slecht of ze kunnen zelfs spontaan ontstaan.

Een beenslagader kan **plotseling** dicht gaan zitten. Klachten die hierop kunnen wijzen zijn:

- Plotselinge pijn in het been, ook in rust
- Het been is bleker en kouder dan het andere been
- Afwezige pulsaties
- Een doof gevoel in het been
- Krachtverlies in de spieren in voet en been

U moet dan met spoed naar het ziekenhuis.

Oorzaak

Etalagebenen ontstaan door verkalking en vetafzetting in de wand van de slagader. Verkalking leidt tot vaatvernauwing, of zelfs tot totale afsluiting van de slagader. Hierdoor kan het bloed minder goed door de slagader stromen. Dat bloed heeft het been nodig bij inspanning, zoals lopen, rennen of traplopen. Is er bloedtekort, dan is er ook een zuurstoftekort. Dit laatste leidt tot verzuring van de spieren. Het gevolg is een krampende pijn. Slagaderverkalking komt vaker voor bij mensen met overgewicht, een hoog cholesterol, diabetes, of die roken en/of een hoge bloeddruk hebben.

Onderzoek

De arts vergelijkt het zieke en gezonde been met elkaar en let daarbij op kleurverschil, de nagels, beharing en temperatuurverschillen. Ook voelt hij of de slagader voelbaar klopt. Is dit niet het geval, dan volgt er verder onderzoek, het meten van de bloeddruk in de benen de 'enkel-arm-index' (EAI) of een looptest.

Behandeling

Er zijn drie soorten behandelingen mogelijk bij etalagebenen. Welke voor u het beste is, hangt af van de ernst van het probleem en welke slagader het betreft.

▪ Beperking risicofactoren en looptraining

Onder begeleiding beperken van risicofactoren (roken, weinig lichaamsbeweging en ongezond eten) van slagaderverkalking. Andere risicofactoren zoals een te hoge bloeddruk, diabetes en een te hoog cholesterolgehalte, kunnen met geneesmiddelen worden behandeld. Daarnaast hoort een intensieve looptraining onder begeleiding van een gespecialiseerde fysiotherapeut bij deze behandeling. Door veel te lopen – steeds iets langer – kunnen op den duur de klachten afnemen of verdwijnen.

▪ Dotteren

Als de arts kiest voor dotteren, wordt de slagader ter plaatse van de vernauwing met een ballonnetje opgerekt. Het bloed kan daardoor beter door de bloedvaten stromen. Dotteren is over het algemeen een weinig belastende ingreep en vindt meestal plaats onder plaatselijke verdoving. Vooraf bekijkt de arts de slagader door middel van **angiografie**. Direct daarna volgt het dotteren.

▪ Operatie

Alleen bij zeer ernstige klachten wordt er gekozen voor een operatie. Denk aan pijnklachten die in rust niet verdwijnen, of wanneer u niet-genezende wonden heeft. Er zijn verschillende operaties mogelijk. Meestal wordt er een omleiding (bypass) gemaakt langs een vernauwing. Daarvoor wordt uw eigen ader of een vaatprothese gebruikt.

Voetverzorging

Een goede verzorging van de voeten en benen is extra belangrijk als je etalagebenen hebt. Het is belangrijk om wondjes en/of infecties te voorkomen. Na het douchen moet u de tenen goed droog maken zodat er geen vocht tussen de tenen achterblijft, want dit is een ideale omgeving voor infecties. De douchecabine dient elke week grondig gereinigd te worden, zodat voetschimmel geen kans krijgt. U moet de nagels recht en niet te kort afknippen. De nagel dient **in zijn geheel** voorbij de teen te blijven groeien (dus niet aan de zijkant schuin inknippen).

Informatie

Heeft u vragen over hart- en vaatziekten, of over een gezonde leefstijl? Bel dan maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 13.00 uur met de Infolijn Hart en Vaten: 0900 - 3000 300. Of stel uw vraag per e-mail: infolijn@hartstichting.nl. Chatten kan ook: www.hartstichting.nl/infolijn

Tot slot

Wij zullen ons zo goed mogelijk inzetten om uw verblijf in onze kliniek voor u zo voorspoedig mogelijk te laten verlopen. Hierbij staan we altijd open voor kritiek, suggesties of opmerkingen, waardoor de kwaliteit van zorgverlening verbeterd kan worden. Wanneer u tijdens uw verblijf suggesties of opmerkingen heeft, schroom dan niet deze met de arts of een van de assistentes te bespreken.

Bereikbaarheid

U kunt ons van maandag tot en met vrijdag, van 08.00 uur tot 16.30 uur, bereiken via telefoonnummer 045-2080887. Uitsluitend voor spoedeisende gevallen, kunt u na 16.30 uur en in het weekend contact opnemen met de spoedlijn, 06-86895787.