

Vaatheelkunde

Vocht in de benen



Wat is oedeem?

Oedeem is een **zwellings** veroorzaakt door een teveel aan vocht in de weefsels. Hoewel oedeem kan voorkomen in elk deel van jouw lichaam, is het vooral zichtbaar in de armen en de benen.

Oorzaken van oedeem

Milde gevallen van oedeem kunnen het gevolg zijn van een te hoge zoutinname, een tekort aan beweging en/of overgewicht. Oedeem treedt ook meer op tijdens de zwangerschap. Oedeem kan ook een bijwerking zijn van sommige geneesmiddelen, zoals bepaalde bloeddrukmedicatie, ontstekingsremmers, hormonen en bepaalde diabetesmedicatie. In sommige gevallen kan oedeem echter een teken zijn van een onderliggende medische aandoening:

Hartfalen

Bij hartfalen verliest het hart het vermogen om bloed efficiënt rond te pompen. Als gevolg hiervan stapelt het bloed zich op in de benen, waardoor oedeem ontstaat. Hartfalen kan ook zwelling in de buik veroorzaken. Soms kan deze aandoening ervoor zorgen dat er vocht ophoopt in de longen (longoedeem), wat kan leiden tot kortademigheid.

Leverfalen

Er kan zich vloeistof ophopen in de buikholte en in de benen als gevolg van leverschade (cirrose).

Ernstig en langdurige eiwitgebrek

Een tekort aan eiwitten in het dieet gedurende lagere tijd kan leiden tot vochtophoping en oedeem.

Een verminderde schildklierwerking

Te weinig schildklierhormoon in het bloed kan naast oedeem van de onderbenen ook klachten geven als vermoeidheid, koude-intolerantie, gewichtstoename, breekbare nagels, oedeem in het gelaat en droge huid.

Nierziekte

Bij nierziekten wordt het vocht en het zout niet optimaal uitgescheiden, wat oedeem kan veroorzaken. Het oedeem geassocieerd met nierziekten treedt meestal op in de benen en rond de ogen.

Spataders in de benen

Bij een spataderziekte zijn de éénrichtingskleppen van de aders verzwakt of beschadigd, waardoor het bloed zich in de benen ophoopt en zwelling veroorzaakt. Plotselinge zwelling in één been, vergezeld van pijn, kan te wijten zijn aan een bloedstolsel (een diepveneuze trombose) in een van de beenaders.

Een bloedklonter in de aders kan voorkomen na langdurig stilzitten (bijvoorbeeld na een vliegtuigreis, bedrust bij ziekte, een breuk waarvoor een gipsverband is aangelegd of een ingreep waardoor je tijdelijk niet of minder goed kan bewegen,...). **Dit is een medische urgentie.**

Lymfoedeem

Het lymfestelsel in ons lichaam helpt overtollig vocht uit de weefsels te verwijderen. Als dit systeem beschadigd is - bijvoorbeeld door een operatie, een infectie, bestraling van de onderbuik of het kleine bekken - werken de lymfeklieren en lymfevaten niet correct en kan lymfoedeem optreden.

Lipoedeem

Onder invloed van genetische factoren, hormonen of een overmaat aan suiker of aspartaam kunnen vetcellen beginnen zwellen. Dit veroorzaakt een ongelijke vetverdeling ter hoogte van de benen en de armen, een overgevoelig huid en spontane blauwe plekken.

Een bacteriële huidinfectie ter hoogte van het onderbeen

Deze infectie gaat gepaard met koorts, algemeen onwelzijn, pijn en een rode, warme huid op de plaats van de zwelling. De bacteriën komen onder de huid terecht via een wonde of een kloof. Ook eczeem of een schimmelinfectie ter hoogte van de voet kan de ingangspoort zijn voor een infectie. Huidinfecties komen meer voor bij patiënten met oedeem. Huidinfecties kunnen zélf de oorzaak zijn van lymfoedeem.

Een huidinfectie ter hoogte van het onderbeen

Deze infectie gaat gepaard met koorts, algemeen onwelzijn en een rode, warme huid op de plaats van de zwelling en pijn. Huidinfecties komen meer voor bij patiënten met oedeem. Huidinfecties kunnen zelf de oorzaak zijn van lymfoedeem.

Bakercyste scheur

een Bakercyste is een goedaardig gezwel gevuld met vocht in de knieholte. Door de scheur loopt het vocht in de omliggende weefsels en stapelt het zich op in het onderbeen.

Een compartimentsyndroom

De spieren van het onderbeen zijn omgeven door een stevig kapsel. Wanneer binnen dit kapsel een zwelling van weefsel optreedt (bijvoorbeeld een spierzwelling na intensief sporten), dan wordt de ruimte binnen dit spierkapsel te klein en ontstaat er afklemming van de terugvloeit van bloed, waardoor het vocht zich opstapelt in de lymfevaten van het onderbeen. Een compartimentsyndroom kan ook het gevolg zijn van een pletletsel door een ongeval, een beenbreuk, operaties aan het onderbeen, een ontsteking of infectie,...

Diagnose

Voor de behandeling van oedeem is het van belang dat de oorzaak gekend is. Tijdens de consultatie zal jouw arts eerst een **lichamelijk**

Voor meer informatie kan je terecht op de consultatie van dr. Balduyck of op

www.dokterbalduyck.be.

onderzoek uitvoeren en **vragen** stellen over jouw medische voorgeschiedenis. Een **duplex echografie** van de benen kan spataders en een diep veneuze trombose uitsluiten. Soms is een bijkomend bloedonderzoek, medische beeldvorming of urineanalyse nodig.

Voor verdere oppuntstelling van lymfoedeem kan een **lymfoscintigrafie** gebeuren op de dienst radio-isotopen. Dit onderzoek brengt de oorzaak van het lymfoedeem in beeld en bepaalt de ernst van de aantasting van de lymfbanen. De bepaling van de ernst is van belang om een aanvraag te doen bij de mutualiteit voor een verhoogde terugbetaling van manuele lymfedrainage (zie verder in deze brochure).

Behandeling

De behandeling hangt af van de onderliggende oorzaak. Er zijn diverse mogelijkheden:

Geneesmiddelen

In geval van hartfalen is het aan te raden vochtafdrijvers in te nemen. Vochtafdrijvers zijn niet nodig in geval lymfoedeem

of lipoedeem. In geval van een veneuze trombose zijn dan weer bloedverdunders aangewezen. Venotonica kunnen aangewezen zijn bij veneuze insufficiëntie. Ook bij oedeem door schildklierandoeningen is medicatie aangewezen. Antibiotica zijn noodzakelijk in geval van een huidinfectie.

Geneesmiddelengebruik aanpassen

Indien het oedeem veroorzaakt wordt door de medicatie die je op dat moment neemt, zal de arts deze medicatie vervangen door andere geneesmiddelen. Bij lever- of nierfalen wordt bepaalde medicatie vermeden om de orgaanschade te beperken.

Beweging

Heb je last van lymfoedeem of lipoedeem, dan is voldoende beweging zeker de boodschap. Ook in geval van veneuze insufficiëntie of veneuze trombose is beweging gunstig.

Lymfedrainage

In geval van lymfoedeem en lipoedeem is lymfedrainage een belangrijke onderdeel van de behandeling. Bij manuele lymfedrainage wordt een overwegend zachte, spiraalvormige druk uitgeoefend op de lymfeklieren en lymfbanen, waarbij de richting wordt bepaald door de stroomrichting van het lymfestelsel. De behandeling is vrijwel pijnloos.

Compressiekousen

Compressiekousen (klasse III-kousen) zijn noodzakelijk ingeval van lymfoedeem en lipoedeem. In geval van veneuze insufficiëntie en veneuze trombose is meestal een klasse II-kous voldoende.

Voedingsgewoonten

Ingeval van lipoedeem is een dieet laag aan suiker en aspartaam noodzakelijk. Bij hartfalen schrijft de arts een dieet laag aan zout voor.

Veneuze heelkunde

In geval van oppervlakkige veneuze insufficiëntie kan een endoveneuze laserbehandeling van de spataders of een duplexgeleide foambehandeling noodzakelijk zijn. Ook bij een diepveneuze trombose van de bekkenaders is een chirurgische behandeling nodig.

Lymfeheelkunde

In sommige gevallen zal de arts een lymfoveneuze shunt aanleggen. Deze ingreep gebeurt onder lokale anesthesie in het dagziekenhuis.

Orthopedische heelkunde

Ingeval van een Bakercyste of een compartimentsyndroom kan heelkundig ingrijpen noodzakelijk zijn.

Hydrateren van de huid

Ingeval van lymfoedeem en lipoedeem is het aan te raden jouw huid voldoende te hydrateren. Ook bij het dragen van compressiekousen is dit aangewezen.

Voor meer informatie kan je terecht op de consultatie van dr. Balduyck of op

www.dokterbalduyck.be.





consultatie Bornem

AZ Rivierenland
Kasteelstraat 23
2880 Bornem
tel. voor afspraak: 03 890 16 10

consultatie Mechelen

Hooiendonkstraat 4
2801 Heffen (Mechelen)
tel. voor afspraak: 03 304 60 46

consultatie Willebroek

Decock kliniek
Schoolweg 26
2830 Willebroek
tel. voor afspraak: 03 304 60 46

consultatie Bazel

Kruibekestraat 75
9150 Bazel
tel. voor afspraak: 03 304 60 46

ref.: 50006392

versie: 16/03/2021

foto's & illustraties: Adobe stock

eigenaar: dr. Bram Balduyck, vaat- en thoraxchirurg

v.u.: Sofie Vermeulen, communicatieverantwoordelijke

Maatschappelijke zetel:

vzw AZ Rivierenland | 's Herenbaan 172 | 2840 Rumst

RPR 0416 851 659 | Erkenningsnummer 104 | Bevoegde rechtbank: Antwerpen

www.azrivierenland.be | info@azr.be

