

**PERIFEER ARTERIEEL VAATLIJDEN**  

---

**SLAGADERVERKALKING**

## **Inleiding**

Er is bij u een afwijking van de slagaderen ontdekt, ook wel perifeer arterieel vaatlijden (PAV) genoemd. In deze folder geven wij u een globaal overzicht van de behandeling. Het is goed om u te realiseren dat de situatie voor u persoonlijk anders kan zijn dan in deze folder beschreven.

## **Wat is perifeer arterieel vaatlijden**

Een perifeer arterieel vaatlijden (PAV) betekent dat u een afwijking heeft in een slagader. Deze afwijking is het gevolg van vet in de wand van de slagader en van verkalking van de wand van de slagader. Dit proces noemen we atherosclerose (slagaderverkalking). Bij het ontstaan van slagaderverkalking zijn er verschillende factoren van invloed:

- Roken;
- Hoge bloeddruk;
- Suikerziekte;
- Overgewicht;
- Te hoog vetgehalte (cholesterol) in het bloed.

Het komt vaker voor op een hogere leeftijd. Om het risico op andere hart- en vaataandoeningen te verminderen zal er medicatie voorgeschreven worden. Denk aan medicatie als bloed- en cholesterolverlagende middelen. Slagaderverkalking kan zorgen tot een vernauwing. Of zelfs totale afsluiting van een slagader.

## **Vernauwing of afsluiting van een slagader**

Vernauwing of afsluiting van een slagader heeft tot gevolg dat er minder bloed door de slagader kan stromen. Daardoor kunnen de weefsels die van dat bloedvat afhankelijk zijn, te weinig bloed (en dus ook zuurstof) krijgen. Het gevolg daarvan kan zijn dat u, als het een slagader naar uw been betreft, na een klein stukje lopen pijn krijgt in de kuit. Na een korte tijd stilstaan verdwijnt de pijn en kunt u weer een stukje lopen. Dit noemen we claudicatio intermittens. Ook wel 'etalage benen' genoemd. Het kan zelfs zo zijn dat de spieren in rust te weinig bloedaanvoer krijgen. En dat u daardoor rustpijn of nachtpijn ervaart. Ook kunnen er wondjes ontstaan of slecht genezen.

## **Behandelmethoden**

Er zijn verschillende behandelmethoden. Welke ingezet wordt, hangt af van hoe erg het is, welke slagader en de situatie.

Hieronder ziet u een aantal mogelijkheden:

- Gesuperviseerde looptraining;
- Dotteren;
- Operatieve behandeling.

### **Gesuperviseerde looptraining**

De eerste aangewezen behandeling voor etalage benen, bij patiënten zonder rust- of nachtpijn en/of wonden, is gesuperviseerde looptraining met een gespecialiseerde fysiotherapeut. Het klinkt misschien tegenstrijdig om looptherapie te krijgen wanneer u pijn heeft bij het lopen. Toch is uit onderzoek gebleken dat door gesuperviseerde looptraining goede resultaten te bereiken zijn. Het is wetenschappelijk bewezen dat ondersteuning door een fysiotherapeut betere resultaten oplevert, dan niet begeleide programma's. Belastende vaatoperaties of dotterbehandelingen kunnen op deze manier vaak voorkomen worden.

### **Dotteren**

Soms is de vernauwing zo erg dat er bekeken moet worden of het met behulp van een ballonnetje of stent mogelijk is het bloedvat te behandelen. Als dit bij u van toepassing is, ontvangt u een juiste folder. Daarin leest u meer over dotteren.

### **De operatieve behandeling**

Soms is de vernauwing zo erg dat een operatieve behandeling de aangewezen behandeling is. Er zijn verschillende operaties mogelijk. Als dit bij u van toepassing is, ontvangt u een juiste folder. Daarin leest u meer over een operatieve behandeling.

### **Mogelijke complicaties**

Geen enkele ingreep is vrij van de kans op complicaties. De mogelijke complicaties worden in de aparte folder genoemd. Gesuperviseerde looptraining kent echter geen complicaties. Juist daarom is dit de eerste aangewezen behandeling bij patiënten.

## **Wat kunt u zelf doen?**

Naast looptherapie kun je andere maatregelen nemen om de gevolgen van slagaderverkalking te beperken. Een gezonde leefstijl verkleint de kans op hart- en vaataandoeningen. Denk aan:

### **1. Niet roken**

Als u rookt, dan is het voor de behandeling van etalagebenen heel belangrijk dat u stopt met roken. In tabaksrook zit nicotine en koolmonoxide dat via de longen in het bloed terechtkomt. Deze 2 stoffen hebben een slechte invloed op hart en vaten. Nicotine veroorzaakt beschadigingen aan de binnenkant van de bloedvaten. Door koolmonoxide kan je bloed minder zuurstof opnemen. Dit is een kleine greep uit de nadelen van roken op uw gezondheid.

### **2. Voeding en gewicht**

Gezonde voeding en gewicht is van belang om het cholesterolgehalte en lichaamsgewicht onder controle te houden. Een te hoog (LDL) cholesterol is schadelijk voor de vaatwand. Gezonde voeding helpt ook om op een gezond gewicht te blijven.

### **3. Voldoende beweging**

Voldoende bewegen zorgt ervoor dat de risicofactoren op slagaderverkalking verkleinen.

## **Vragen**

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u van maandag tot en met vrijdag van 8.00 tot 16.15 uur met Polikliniek Chirurgie via 010 - 461 6163

Buiten deze tijden kunt u alleen bij spoed contact opnemen met de Spoedeisende Hulp:

- Franciscus Gasthuis: 010 - 461 6720
- Franciscus Vlietland: 010 - 893 0101 (bereikbaar van 10.00 uur tot 21.00 uur. Buiten deze uren kunt u contact opnemen met de SEH Franciscus Gasthuis).