

Behandeling van spataderen met steunkousen

Algemeen

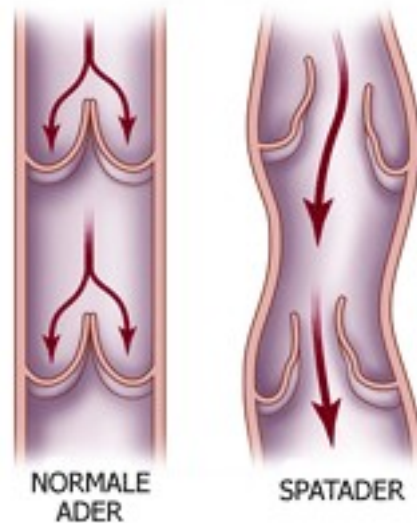
U heeft spataderen en wilt hier iets aan laten doen. Er zijn verschillende mogelijkheden om een spatader te behandelen. Een van de mogelijkheden om spataderen te behandelen, is het dragen van steunkousen. De vaatchirurg heeft met u besproken dat het dragen van steunkousen op dit moment de beste behandeling voor u is.

Wat zijn spataderen

Aderen voeren het bloed terug naar het hart. In het been zitten verschillende soorten aderen. Aan de binnenkant van het been en in de kuit bevinden zich oppervlakkige stamaderen. Dit zijn grote rechte bloedvaten. Diep in de spieren lopen diepe aderen. Tussen de oppervlakkige en de diepe aderen bevinden zich verbindingsaderen. Daarnaast zijn er vele kleine oppervlakkige zijtakken van aderen, die meestal kronkelig verlopen.

Tijdens het lopen knijpt de kuitspier de aderen leeg. In de aderen zitten kleppen die ervoor zorgen dat het bloed door de kuitspier richting het hart wordt gedrukt. Wanneer de kleppen in de aderen niet goed functioneren, kan het bloed uit de benen niet goed worden weggepompt en zetten de aderen uit. In de oppervlakkige aderen leidt dat tot spataderen.

Iedereen kan spataderen krijgen. De voornaamste oorzaken zijn erfelijke aanleg, zwangerschap, veel staan of zitten, overgewicht en ouderdom (verzwakking van de aderwand).



Waarom behandelen

Veel mensen vinden spataderen niet mooi. Spataderen kunnen ook klachten veroorzaken zoals een moe, zwaar gevoel in de benen vooral na lang staan. Ook kan door de verhoogde druk in de aderen een huidbeschadiging en verkleuring ontstaan.

Afhankelijk van de ernst van de beschadigde kleppen kan dit op den duur leiden tot het ontstaan van een open been.

Steunkousen

Een steunkous zorgt ervoor dat er zo weinig mogelijk bloed 'teruglekt' naar uw voet. Dit komt door de druk van de steunkous. Uw klachten verminderen hierdoor.

Aanmeten van steunkousen

De doktersassistente meet de steunkous aan op de polikliniek Vaatchirurgie of u krijgt een verwijzing mee om een steunkous aan te laten meten bij een bandagist. Als uw maat steunkous op voorraad is, krijgt u deze direct mee naar huis. Anders krijgt u deze op een later tijdstip.

Gebruiksaanwijzing van de steunkous

U draagt de steunkous alleen overdag. Trekt u de steunkous aan voordat u opstaat. Voordat u naar bed gaat, trekt u de steunkous weer uit. Bij het aan- en uittrekken van de steunkous kunt u gebruik maken van rubberen huishoudhandschoenen. Dan heeft u beter grip. Ook kunt u een diepvrieszakje over uw voet doen. De steunkous glijdt dan gemakkelijker over uw voet. Bij de thuiszorgwinkel is ook een hulpmiddel verkrijgbaar waardoor u de steunkous gemakkelijk aan kunt trekken.

Lukt het u niet om zelf de steunkous aan te krijgen, dan kunt u thuiszorg aanvragen. Iemand komt dan bij u om de steunkousen aan te trekken.

Adviezen

Om tot een goed resultaat te komen na de behandeling, is het van belang dat u de volgende adviezen nauwkeurig opvolgt:

- Het is goed om veel te bewegen en weinig stil te staan. Wandel minimaal een half uur per dag.
- Ga zo min mogelijk met uw benen over elkaar zitten.
- Als u lang zit of vocht vasthoudt, raden wij u aan uw benen hoog te leggen. 's Nachts kunt u uw benen hoog leggen door een kussen onder het voeteneind van uw matras te leggen.
- Spataderen verergeren sneller bij mensen met overgewicht. Houd daarom uw gewicht in de gaten en probeer zo nodig af te vallen.
- U kunt uw benen 's avonds eventueel invetten met bodylotion. Doe dit niet 's morgens, aangezien stoffen in bodylotion de kousen kunnen aantasten.

Vergoeding steunkous

U kunt bij uw zorgverzekeraar navragen of u de kosten van de steunkous vergoed krijgt.

Vragen

Als u vragen heeft, kunt u deze stellen bij uw bezoek aan de polikliniek. Natuurlijk kunt u ook bellen naar de secretaresse van de polikliniek Vaatchirurgie. Wij zijn op werkdagen van 08.30 tot 16.30 uur bereikbaar op telefoonnummer (0314) 32 99 88. Wij doen er alles aan om u zo goed mogelijk te informeren.

Uw privacy en onze geheimhouding

Om u de beste zorg te kunnen geven, hebben wij gegevens van u nodig. Deze gegevens leggen wij digitaal vast en beveiligen wij goed. Wij gaan zorgvuldig om met deze gegevens en houden ons aan de wet- en regelgeving. Dit betekent onder andere dat al onze medewerkers een geheimhoudingsplicht hebben en u als patiënt recht heeft op privacy. Uitgebreide informatie over uw privacy, rechten en plichten vindt u in de folder '[Uw rechten en plichten als patiënt](#)'. Deze folder kunt u raadplegen op folders.slingeland.nl.