

## Sinus pilonidalis (haarnestcyste)

De folder is bedoeld voor cliënten met een sinus pilonidalis, voor familieleden, mantelzorgers of andere betrokkenen.

### **Wat is een sinus pilonidalis?**

Een sinus pilonidalis, ook wel haarnestcyste genoemd, wordt veroorzaakt door ingegroeide haartjes in de bilnaad. Dit uit zich als een of meerdere kleine openingen of intrekkingen van de huid in de bilnaad.

### **Klachten:**

- Pijn of jeuk in de bilnaad
- Evacuatie van bloederig, troebel vocht, via een of meerdere openingen in de bilnaad
- Ontstaan van een pijnlijke zwelling of abces in de bilnaad

Een haarnestcyste geeft meestal klachten in de vorm van pijn rond de bilnaad, vooral bij zitten en bukken. De pijn verdwijnt zodra de spanning afneemt. Dat gebeurt wanneer er wat pus of vocht uit de cyste komt. U merkt soms wat vlekken op het ondergoed op.

### **Oorzaken:**

Het is niet helemaal duidelijk hoe een sinus pilonidalis ontstaat. Vermoedelijk gaat een haartje in de bilnaad ingroeien, door de vorm van de bilnaad en het schuren van de billen. De kans op het ontwikkelen van een haarnestcyste is groter bij meer beharing en een zittend beroep. De aandoening komt het vaakst voor bij mannen met een leeftijd tussen 20 en 40 jaar oud.

### **Behandel mogelijkheden:**

Als overbeharing een rol speelt dan kan het helpen het gebied te ontharen. Tegenwoordig kan dat ook met laserontharing. Dit is een behandelmethode waarbij door middel van een laser haartjes worden verwijderd. Dit kan uitbreiding en/of het terugkomen van de aandoening voorkomen. Er zijn ook patiënten waarbij overbeharing helemaal geen rol speelt. Ook is het belangrijk door goede hygiëne het gebied rustig te houden. Wanneer de klachten hinderlijk zijn kan worden besloten tot een operatie over te gaan.

### **Nabehandeling na een operatie:**

Vanwege de plaats van de wond zijn de eerste dagen na de operatie problemen te verwachten. Voornamelijk zullen dat pijnklachten zijn, vooral bij zitten en op de rug liggen. Milde pijnstillers (bijvoorbeeld paracetamol) kunnen de pijn verlichten. Geleidelijk aan zullen de pijnklachten verdwijnen. De arts of wondverpleegkundige zal u adviseren hoe u het beste de wond kan verzorgen.

Het gebied ontharen en zorgen voor een goede hygiëne zijn zeer belangrijk. Advies is om hier zo snel mogelijk mee te beginnen vanaf de start van de behandeling tot zeker na de wondgenezing, maar bij voorkeur langer. Deze maatregelen zijn nodig om herhaling (recidief) van de aandoening te voorkomen.

#### **Wat kunt u van het wondteam en de wondverpleegkundige verwachten?**

De wondverpleegkundige zal de voortgang van de wondgenezing monitoren. Dit kan middels foto's die gemaakt worden door bijvoorbeeld de wondaandachtvelders werkzaam in de wijkteams. Indien het nodig is dat de wond goed gereinigd wordt of er zijn complicaties dan zal de wondverpleegkundige in overleg met u een huisbezoek inplannen.

#### **Contact opnemen met de wijkverpleging of wondverpleegkundige?**

Dit kan door naar de zorglijn te bellen op nummer: 088 – 126 3 126.



#### **Wondteam Vérian**

Jean Monnetpark 1

7336BA Apeldoorn

Teamwondzorg@verian.nl

Bereikbaar: op werkdagen van 08:00 tot 16:30

#### **Uw volgende afspraak:**
