

Ulcus Cruris Venosum Open been

Wat is een ulcus cruris?

De medische term ulcus cruris betekent letterlijk 'zweer aan het onderbeen'. Een ulcus cruris ontstaat als gevolg van een stoornis in de bloedsomloop. Ook wel chronisch veneuze insufficiëntie genoemd. Er wordt ook vaak gesproken over een open been. De huid is erg kwetsbaar en er ontstaan spontaan wonden die niet gemakkelijk genezen.

Hoe ontstaat een ulcus cruris?

Normaal gesproken geeft het bloed zijn zuurstof en voedingsstoffen af in het onderbeen en wordt het tegen de zwaartekracht in door de kuitspier weer naar boven gepompt. Kleppen in de aders zorgen ervoor dat het bloed niet terug kan stromen. Wanneer de kuitspierpomp en de kleppen in de aders niet goed functioneren, ontstaat er een vochtophoping in het been (oedeem) die uiteindelijk kan leiden tot een ulcus cruris. U merkt dit, doordat de benen dik worden, de huid strak komt te staan en uw benen vermoeid aanvoelen.

Wat is de behandeling?

Om een ulcus cruris te laten genezen moet de kuitspier worden geholpen met het afvoeren van het overtollige vocht uit uw been. Dit wordt gedaan door middel van zwachtels. De zwachtels worden stevig aangebracht vanaf uw tenen tot aan uw knie. De kuitspier



wordt optimaal ondersteund door de zwachtels als u loopt of oefeningen doet. De zwachtels zullen regelmatig worden verwisseld door de verpleegkundige. Dit gebeurt minstens één keer in de week.

Wondverzorging

Behalve met zwachtels zal het ulcus cruris verzorgd worden met wondzorgmaterialen. Welk materiaal het beste gebruikt kan worden in uw geval, wordt beslist door uw arts of de verpleegkundige.

Therapeutisch elastische kousen

Nadat het vocht uit uw been is verdwenen en het ulcus cruris is genezen, zal er een therapeutisch elastische kous worden aangemeten. Deze kous zal ervoor zorgen dat het been slank blijft en de kans op het ontstaan van een nieuw ulcus cruris wordt verkleind. De kous zult u voor altijd overdag moeten blijven dragen.

Wanneer moet ik contact opnemen met de wijkverpleging?

- Als u merkt dat het vocht snel wegtrekt uit het been, waardoor de zwachtels los gaan zitten.
- Als u merkt dat de zwachtels te strak zitten en uw tenen wit worden. De zwachtels mogen geen pijn doen.

Dit kan door naar de zorglijn te bellen op nummer:

088-1263126

Wat kunt u zelf doen?

Omdat een ulcus cruris een chronische aandoening is, zult u er de rest van uw leven rekening mee moeten houden. Gelukkig kunt u zelf ook een bijdrage leveren door de kuitspierpomp te trainen en de voet goed af te wikkelen.

Wanneer het ulcus cruris eenmaal is gesloten, is het belangrijk om regelmatig de oefeningen te blijven doen.

1. Stimuleer de kuitspier



2. Wikkel uw voet goed af



Overige tips:

- Draag gemakkelijk schoeisel waarin uw voet goed afgewikkeld kan worden. Met hakken die hoger zijn dan 2 cm, slippers en sloffen kunt u de voet niet voldoende afwikkelen. De kuitspier werkt dan onvoldoende.
- Draag geen knellende kleding, dit belemmert de bloedsomloop.
- Controleer uw omgeving op voorwerpen waar u zich aan kunt stoten of over kunt struikelen. Denk hierbij aan bijzettafels of losliggende kledjes. Een nieuwe wond kan zo weer ontstaan.
- Goede huidverzorging zorgt ervoor dat de huid in een goede conditie blijft. Door de huid 's avonds in te smeren met een vocht inbrengende crème blijft de huid soepel.
- Let op uw voeding en gewicht. Gevarieerde voeding zorgt ervoor dat u alle benodigde voedingsstoffen binnenkrijgt en op een gezond gewicht blijft.
- Als u rookt kunt u hier beter mee stoppen, omdat roken de bloedsomloop belemmert.

Wat kunt u van het wondteam en de wondverpleegkundige verwachten?

De wondverpleegkundige zal de voortgang van de wondgenezing monitoren. Dit kan door middel van 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.

Uw volgende afspraak:



Wondteam VÉrian

Jean Monnetpark 1
7336BA Apeldoorn
Wond@verian.nl

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