

# Herniastraat



**Ommelander Ziekenhuis**  
Groningen



Onderstaande afspraken zijn voor u gemaakt op:

MRI-onderzoek: Datum: ..... Tijd: .....

Polikliniek neurologie: Datum: ..... Tijd: .....

Neuroloog: .....

Telefoonnummer: 088 - 066 1000

## Wat is een hernia

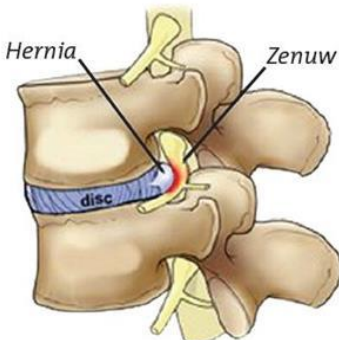
Een hernia is een inscheuring van de tussenwervelschijf, waardoor er een uitstulping in het wervelkanaal ontstaat.

Het is te vergelijken met een scheur in een fietsband, waarbij de binnenband door de buitenband komt. In de rug kan zo'n uitstulping op een zenuw gaan drukken, waardoor er naast rugpijn ook been- of armpijn ontstaat.

Een hernia komt relatief vaak voor, maar in verhouding tot het voorkomen van alle rugklachten betreft het maar 1-2%.

## Bouw van de wervelkolom

De wervelkolom bestaat uit wervels met daar tussenin tussenwervelschijven. De tussenwervelschijf of discus bestaat uit kraakbeen en maakt het mogelijk dat de wervels soepel ten opzichte van elkaar kunnen bewegen. Achter de wervelkolom ligt het wervelkanaal. Door dit kanaal lopen de zenuwen.



## Hoe ontstaat een hernia

Een exacte verklaring voor een hernia is niet bekend, maar houding (veel zitten) en gebrek aan gezonde lichaamsbeweging kunnen een rol spelen. Verder kunnen hernia's in bepaalde families vaker voorkomen. Zware werkzaamheden (veel tillen, bukken en draaien) kunnen ook bijdragen aan het ontstaan van een hernia.

## Plaats van de hernia

90% van alle hernia's treden op in de onderrug. Bij een uitstulping in zijwaartse richting kan een zenuwwortel beklemd raken. Dit veroorzaakt klachten in het been (pijn, doofheid, krachtsverlies). Grote hernia's kunnen meerdere zenuwen beknellen. Klachten in beide benen en soms ook een verminderde controle over de blaas is dan het gevolg. In het laatste geval is een acute operatie vereist. Hernia's in de nek veroorzaken klachten in de arm.

Ook spierklachten of klachten van de gewrichten of banden kunnen uitstralende pijn in een arm of been geven. Neurologisch onderzoek en in sommige gevallen aanvullend beeldvormend onderzoek, kunnen meer duidelijkheid geven over de diagnose.

## Het stellen van de diagnose

De diagnose wordt in sommige gevallen gesteld op basis van de klachten, aangevuld met lichamelijk (neurologisch) onderzoek.

Als uw huisarts een hernia vermoedt en verdere diagnostiek en behandeling is wenselijk, dan wordt u verwezen naar een neuroloog. Na neurologisch onderzoek kan via een MRI een zenuwbeklemming bevestigd worden.

## Behandeling

80% van de rughernia's herstellen op een natuurlijke wijze. Gedurende deze periode is een goede behandeling belangrijk. Behalve pijnstilling is een tijdelijke aanpassing van uw belasting veelal noodzakelijk. Bespreek dit met uw fysiotherapeut en als u deelneemt aan het arbeidsproces, tevens met de bedrijfsarts. Naast adviezen over het gebruik van uw rug wordt door een stapsgewijze opbouw van oefeningen, voorkomen dat de rug te stijf wordt. Gerichte krachttraining versterkt het spierkorset, waardoor de onderrug beter belastbaar raakt en dagelijkse activiteiten kunnen worden hervat.

## Wortelblokkade

Hernia's kunnen, met name in de eerste weken na het ontstaan, veel pijnklachten geven. Indien pijnstilling met medicatie onvoldoende effect heeft, kan een zenuwwortelblokkade worden verricht. Dit is een spuit in de rug, rond de beknelde zenuwwortel, met een pijnstiller en een ontstekingsremmer.

Dit geeft een (tijdelijke en in sommige gevallen langdurige) verbetering van de pijnklachten. Een andere reden om een wortelblokkade aan te vragen voor de neuroloog is om meer zekerheid te krijgen welke zenuwwortel betrokken is.

Na het stellen van de diagnose kan uw neuroloog een wortelblokkade op korte termijn aanvragen. U wordt dan door de radioloog opgeroepen, die u voor de plaatsbepaling, tijdens buikligging onder CT-geleide, de prik zal geven. Daarna blijft u een uur in de wachtruimte, waarna u weer naar huis kunt.

De gehele behandeling neemt, inclusief wachttijd, ongeveer 2 uur in beslag.

## Operatie

Slechts 1 op de 7 patiënten met een hernia moet geopereerd worden. Vaak verdwijnen de klachten vanzelf. Dit wordt ondersteund met fysiotherapie, gedoseerde rust en pijnstillers.

Het heeft de voorkeur gedurende 6-8 weken het natuurlijke herstel een kans te geven. Als toch moet worden geopereerd wordt de druk op de zenuwwortel weggenomen door de uitstulping te verwijderen. De operatie is vooral bedoeld om de pijn en de uitvalsverschijnselen in uw been te behandelen.

Uw rugpijn wordt er zelden mee verholpen, d.w.z. lang bestaande rugklachten kunnen met een hernia-operatie niet worden opgelost. Een operatie heeft ook geen voordeel op de lange termijn, omdat de kans op een nieuwe hernia na een jaar even groot is na een operatie, als bij natuurlijk herstel of wortelblokkade. Elke operatie heeft risico's, zoals een bloeding of een infectie.

## Herniastraat

Met de opzet van de 'herniastraat' kan via dag-diagnostiek de diagnose sneller worden gesteld. Ook behandeling met pijnmedicatie, adviezen ten aanzien van fysiotherapie, of aanvullende behandeling met een eventuele zenuwwortelblokkade of verwijzing naar de neurochirurg kan hierdoor sneller gedaan worden.

Als u een afspraak krijgt via de herniastraat, krijgt u een oproep voor een MRI-scan in de ochtend, gevolgd door een afspraak bij de neuroloog. De neuroloog beoordeelt de MRI en bespreekt met u de diagnose en adviezen voor behandeling. De radioloog beoordeelt ook de MRI-scan en bespreekt de bevindingen met de neuroloog.

## **Wat neemt u mee naar het Ommelander Ziekenhuis Groningen?**

Als u naar het Ommelander Ziekenhuis komt voor uw afspraak, wilt u dan het volgende meenemen:

- een geldig identiteitsbewijs;
- de medicijnen die u die dag nodig heeft;
- de ingevulde vragenlijst voor de MRI scan;
- de ingevulde vragenlijst voor de mate van klachten (Roland Disability Score).

## **Vragen**

Heeft u nog vragen, dan kunt u bellen op werkdagen naar de polikliniek Neurologie via het algemene telefoonnummer van het Ommelander Ziekenhuis: 088 – 066 1000.





**Samen.  
De beste zorg.  
Dichtbij.**

**ommelanderziekenhuis.nl**

T 088 - 066 1000

OZG (08-18) NEU 379