

Hernia

Hernia is een ander woord voor uitstulping. Een Hernia Nuclei Pulposi, vanaf nu hernia genoemd, is een uitstulping van de tussenwervelschijf. Deze uitstulping kan op een zenuw drukken, waardoor er pijn in een arm (nekhernia) of een been (lage rug hernia) kan ontstaan. Waardoor een hernia ontstaat, is niet exact bekend. Hernia's komen even vaak voor bij mensen die licht werk doen als bij mensen die zwaar werk doen. Het is bekend dat overgewicht en roken bijdragen aan de kans om een hernia te krijgen. Overigens kan een hernia in de rug voorkomen bij gezonde mensen die in het geheel geen klachten hebben.

Anatomie

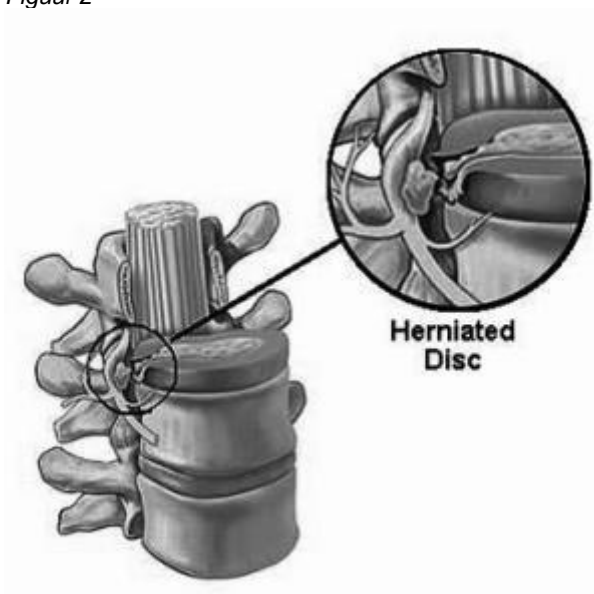
De wervelkolom vormt de spil van het bewegingsapparaat. Ze omhult het ruggenmerg en de zenuwwortels. Tussen de wervels zitten tussenwervelschijven. Een tussenwervelschijf bestaat uit een elastische kern die is omgeven door een vezelige ring. De elastische tussenwervelschijven fungeren als een soort schokdemper en zorgen er tevens voor dat de wervels gemakkelijk ten opzichte van elkaar kunnen bewegen. De tussenwervelschijf kan gaan uitpuilen en in sommige gevallen daarbij op een zenuw drukken. Zie figuur 1 en 2.

Theoretisch kan een hernia op elk niveau in de wervelkolom voorkomen. Deze folder gaat in op een hernia laag in de rug (lumbale hernia). Negentig procent van de hernia's laag in de rug ontstaan tussen de 4^{de} en 5^{de} lendenwervel (L4-L5) en de 5^{de} lendenwervel en het heiligbeen (sacrum) (L5-S1).

Figuur 1



Figuur 2



Klachten

De belangrijkste klacht bij een hernia is uitstralende pijn in een been. Meestal straalt de pijn verder naar beneden uit dan de knie. De pijn in het been kan toenemen bij hoesten, niezen en persen. Vaak, dus niet altijd, gaat de pijn in het been gepaard met pijn in de rug. Veel patiënten hebben daarbij een doof of tintelend gevoel in het been of de voet en soms ontstaat er krachtsverlies. Soms kan de beknelling van de zenuw ook problemen met het plassen veroorzaken waardoor urine wordt verloren (urine incontinentie) of juist het plassen niet op gang komt (urine retentie).

Diagnose

De diagnose hernia kan gesteld worden op grond van de klachten in combinatie met het lichamelijk onderzoek. Elke zenuw bedient bepaalde spieren en verzorgt het gevoel in een specifiek gedeelte van het been en is betrokken bij bepaalde reflexen. De neuroloog onderzoekt de spierkracht, de reflexen en het gevoel in de benen en kan op grond van het onderzoek meestal vaststellen welke zenuw bekneld is en waar de hernia moet zitten. Een scan is daarvoor niet noodzakelijk.

Aanvullend kan een MRI-scan gemaakt worden om de hernia en de beknelling van de zenuw zichtbaar te maken. Een scan is vooral belangrijk wanneer aan een operatie gedacht wordt of wanneer aan een andere oorzaak voor de pijn in het been gedacht wordt. Op een röntgen foto is een hernia niet zichtbaar.

Behandeling

Bij ongeveer 80% van de patiënten met een hernia verdwijnen de klachten vanzelf binnen drie maanden. Vanwege het gunstige natuurlijke beloop van een hernia moet men dus niet te snel besluiten tot operatie. Een operatie, hoe weinig ingrijpend die ook kan zijn, beschadigt de rug. Dit moet niet nodeloos gebeuren, want ook de afwijking op de foto kan vanzelf verdwijnen. Niet iedere hernia hoeft dus geopereerd te worden. In het algemeen wachten we in de eerste acht weken het gunstige spontane beloop af.

Bij een operatie wordt het uitpuilende gedeelte van de tussenwervelschijf verwijderd waardoor de zenuw weer vrij komt te liggen. Een operatie helpt vaak goed voor de pijn in het been maar minder goed voor pijn in de rug. Een operatie is een goede optie wanneer de pijn in het been na twee tot drie maanden niet vermindert, waardoor de patiënt niet goed kan functioneren. Ernstig krachtsverlies of controleverlies over de blaas kunnen redenen zijn om eerder of zelfs met spoed te opereren. Bij problemen met het plassen of ernstig krachtsverlies moet binnen 24 uur, overdag, contact opgenomen worden met de behandelend arts of diens plaatsvervanger.

Belangrijk:

- De pijn in het been veroorzaakt door een hernia gaat in ongeveer 80% van de gevallen vanzelf over in drie maanden tijd. De behandeling in deze periode bestaat uit pijnbestrijding.
- Een MRI-scan is niet noodzakelijk voor het stellen van de diagnose hernia, maar dient vooral als 'bouwtekening' voor de neurochirurg of is noodzakelijk om andere oorzaken van de pijn in het been aan te tonen of uit te sluiten.
- Operatie helpt vooral voor pijn in het been en veel minder goed voor pijn in de rug.
- Bij ernstig krachtsverlies of problemen met het plassen binnen 24 uur contact opnemen met uw huisarts of de behandelend arts. Ook kunt u binnen kantooruren contact opnemen met de polikliniek Neurologie, ☎ **(036) 868 87 20**.