

De 13 meest gestelde vragen over spataderen

Wat weten we eigenlijk van spataderen behalve dat er bij mensen die ze hebben vaak dikke kronkelde aders zichtbaar zijn op hun benen en soms steunkousen dragen? Is het verstandig om me voor spataderen te laten behandelen of hoeft dat pas wanneer ik er last van heb?

De Zorgkrant wilde dat voor u uitzoeken en ging te rade bij drs. Claire van Heuven, fleboloog bij Mauritskliniek. Zij wist ons alles te vertellen over de oorzaak, risico's en behandeling van de spataderen.

Wat zijn spataderen?

'Spataderen zijn aders die verwijd zijn. In aders zitten klepjes die normaal gesproken sluiten. Bij spataderen sluiten die klepjes niet meer waardoor het bloed dat omhoog stroomt weer wat terugzakt. Het is eigenlijk een soort vertraagde terugstroom van het bloed. Hierdoor neemt de druk in de aders toe. Na verloop van tijd kunnen de gevolgen zichtbaar worden. Zoals zichtbare kronkelende verloopende aderen aan de buitenkant van de benen die vocht vasthouden. Ook huidverkleuring van de benen kan optreden.'

Welke vormen van spataderen zijn er?

'Spataderen komen in meerdere vormen voor, van kleine blauwe 'bergetakjes' tot aan dikke 'kabels'. De kleine oppervlakkige spatadertjes zijn minder opvallend en bestaan uit dunne, blauwe streepjes die vlak bij elkaar liggen. Deze spataderen worden vaak als ontsierlijk ervaren maar geven doorgaans weinig klachten. De grote spataderen zijn vaak dikke 'kabels' onder de huid. Deze grote spataderen zijn niet alleen heel zichtbaar, maar u kunt ze ook voelen. Deze grote spataders gaan vrijwel altijd gepaard met klachten. Al komt het ook voor dat er (nog) geen klachten optreden.'

Welke factoren dragen bij aan het ontstaan van spataderen?

'Of je spataderen krijgt is grotendeels afhankelijk van of je erfelijk belast bent. Daarnaast speelt leeftijd mee. Vrouwen hebben er vaker last van dan mannen. En bij zwangere vrouwen of mensen met een staand beroep komen spataderen vaker voor. Door een verhoogde druk op je benen krijg je makkelijker en sneller spataderen. Overgewicht is ook niet bevorderlijk.'

Wanneer moet ik mijn spataderen laten controleren?

'Vooral als je klachten hebt. Zoals vermoeide en zware benen. Of gezwollen enkels in de avond en/of nachtelijke krampen in de kuiten. Ook bij huidverkleuringen en/of rusteloze benen (trillingen in de benen): laat je benen door ons nakijken. Dan hoor je van ons of er een behandeling nodig is.'

Zijn spataderen gevaarlijk?

'Over het algemeen is het hebben van spataderen niet direct een levensbedreigende aandoening. Wel kan het uiteindelijk leiden tot een open been. Dat geeft, behalve dat het vervelend en pijnlijk is en een langdurige behandeling nodig heeft, ook risico's op infecties. En infecties zijn niet altijd ongevaarlijk. Mensen met spataderen hebben een hogere kans op een aderontsteking. Bij een aderontsteking kun je een trombose of longembolie ontwikkelen. Ook al komt dit gelukkig niet vaak voor. Veel mensen vinden spataderen storend om te zien. Ook dat kan een reden zijn om te behandelen. Daarbij wordt vaak vergeten dat er tevens een medische achtergrond kan zijn waarvoor behandeling echt nodig is. Uiteindelijk is dan, na het ondergaan van een noodzakelijke medische ingreep, ook een cosmetische verbetering te zien. Twee vliegen in één klap dus.'

Moet ik mijn spataderen altijd laten behandelen?

'Dat is een goede en ook meteen een lastige vraag. Sommige mensen hebben veel last van spataderen. Dan blijkt uit het duplexonderzoek (een soort echo van de benen) dat er voor behandeling weinig medische noodzaak is. Anderen hebben juist relatief weinig klachten maar wel zodanige afwijkingen dat er zonder behandeling een kans bestaat op huidverkleuring, eczeem of zelfs een open been. Je kan dus eigenlijk pas conclusies trekken als je weet wat de klachten zijn, met een duplexonderzoek de vaten aan de binnenkant hebt gezien en de buitenkant van de benen goed hebt onderzocht.'

Hoe verloopt een intakegesprek?

'Bij een intake wordt eerst een duplexonderzoek gedaan van de aderen. Dit is combinatie onderzoek van geluidsgolven (doppleronderzoek) en echografie. Daarna komt de patiënt bij de fleboloog. Die stelt de diagnose en geeft een advies, allemaal in één

consult. Dus mensen komen binnen, krijgen een onderzoek en een gesprek over de uitslag. Vervolgens gaan ze de deur uit met een diagnose en het advies over wat aan de klachten gedaan kan worden.'

Welke behandelingen zijn er?

'Een heleboel. Er zijn operatieve en niet operatieve behandelingen. Tegenwoordig wordt het grootste deel van de operatieve behandelingen onder plaatselijke verdoving gedaan. Je bent dan niet lang uit de running en dat is een groot voordeel ten opzichte van hoe het vroeger ging. Een voorbeeld van een operatieve behandeling die we in de Mauritskliniek veel toepassen is een endoveneuze laserbehandeling. Hierbij wordt de lekkende ader dicht gebrand. Daarnaast kun je een spatader chirurgisch verwijderen of afbinden. Bij kleine spataderen kan een niet chirurgisch behandeling toegepast worden. Dit houdt in dat er met een kleine naald een vloeistof ingespoten wordt. Deze vloeistof zorgt voor een ontstekingsreactie van de vaatwand waardoor de spatader oplost of afbreekt. Dit wordt ook wel sclerocompressietherapie genoemd. Steunkousen spelen ook een grote rol bij spataderen, zowel preventief als onderdeel na een spataderbehandeling. Er zijn dus verschillende manieren waarop je spataderen kan behandelen.'

Wat kan ik verwachten na de behandeling van spataderen?

'Na de behandeling heb je, om het genezingsproces te bevorderen, veelal tijdelijk een steunkous nodig. Meestal zie je na een aantal weken dat de klachten als gevolg van spataderen wel weg zijn. Voor het cosmetische resultaat moet je vaak wat langer de tijd nemen. Soms wel een aantal maanden. Het kan zijn dat je na één behandeling van je spataderen af bent. Voor bepaalde soorten zijn soms meerdere behandelingen of een ander type behandeling nodig.'

Worden de kosten van een spataderbehandeling vergoed?

'De vergoeding hangt af van een aantal criteria die door de zorgverzekeraars zijn bepaald, zoals de diameter van de lekkende ader en waar de lekkende ader zit. Niet alle behandelingen worden dus vergoed, ook al heeft iemand nog zoveel klachten. Dat kan soms heel frustrerend zijn voor mensen die aangeven veel last te hebben van hun spataderen. Met een verwijsbrief van je huisarts wordt het eerste consult bij de fleboloog en het duplexonderzoek altijd vergoed door je zorgverzekeraar. Wel moet je rekening houden met je eigen risico. Aan de hand van het onderzoek wordt bepaald welke behandelingen mogelijk zijn en of die worden vergoed of niet.'

Kun je spataderen voorkomen?

'Nee, je kunt het niet voorkomen. Meestal heeft iemand een erfelijke aanleg om spataderen te ontwikkelen. Wel weten we dat het gunstiger is als je veel beweegt. Een staand beroep is juist ongunstig. Met het dragen van steunkousen kun je veel klachten en afwijkingen door spataderen voorkomen of vertragen. Maar er iets tegen innemen of zelf iets tegen doen om geen spataderen te krijgen? Dat bestaat niet.'

Welke onwetendheid bestaat er over spataderen?

'Ik denk dat veel mensen nog denken dat het alleen om het cosmetische aspect gaat. Mensen moeten weten dat spataderen veel ellende kunnen geven als je er te lang mee doorloopt. Dus niet wachten tot je benen helemaal verkleurd zijn. Vooral als je klachten hebt, zoals dikke opgezette benen, verkleuringen, eczeem of last hebt van vermoeide benen: laat het beoordelen. Als iemand angstig is voor een behandeling dan kun je alleen al met steunkousen veel leed besparen. Je hebt steunkousen in allerlei typen, maten en kleuren. Ook mooie zwarte waarvan je niet eens ziet dat het steunkousen zijn.'



drs. Claire van Heuven

Heeft u nog een advies of tips?

'Spataderen voorkomen lukt dus niet. Maar een actieve levensstijl met voldoende beweging is altijd goed. En als je door corona veel thuis moet werken, vergeet dan niet regelmatig de kuitspieren aan te spannen en een stukje te lopen! Steunkousen dragen is ook een goede oplossing. Hoewel zwangere vrouwen niet altijd spataderen hoeven te krijgen, adviseren we toch vaak om goede steunkousen of een zwangerschapspanty te dragen. Dan heb je tijdens je zwangerschap veel minder last van je benen en daardoor een plezierigere tijd. Verder wijs ik er nog op dat ook cosmetisch veel mogelijk is op spatadergebied. Wel is er dan altijd een intake nodig want we moeten eerst de binnenkant van de benen beoordelen. Er is nog steeds een beetje taboe op een spataderbehandeling, zeker voor mannen. Maar ook die laten steeds vaker wat aan hun spataderen doen. Dus schroom niet, laat bij twijfel altijd je benen hier in de kliniek beoordelen! Je krijgt dan van ons een eerlijk en deskundig advies.'

multidisciplinair team

In de Mauritskliniek werken ze met een multidisciplinair team van zeer ervaren specialisten. Er zijn vaatlaboranten die het duplexonderzoeken uitvoeren, de flebologen die de diagnoses stellen en de niet operatieve behandelingen doen. De vaatchirurgen doen de operatieve ingrepen. Voor steunkousen kun je terecht bij de huidtherapeuten. De aanwezige dermatologen behandelen bepaalde huidandoeningen als gevolg van spataderen. Op de website van de Mauritskliniek staat heel overzichtelijk wat spataderen zijn en welke behandelingen mogelijk zijn. Er staat ook een mooi filmpje op waarin het allemaal nog eens goed wordt uitgelegd.



Voor de behandeling



Na de behandeling

 **Mauritskliniek**

Mauritskliniek

T: 088-628 74 00

E: info@mauritskliniek.nl

W: www.mauritskliniek.nl