

Shockwave therapie

Extracorporeel Shockwave Therapy (ESWT)

U heeft een afspraak gekregen voor een shockwave (geluidsgolven) behandeling. De behandeling vindt plaats op de poli orthopedie (zuid 0.14)

Wetenschappelijk is bewezen dat geluidsgolven chronische aandoeningen van pezen en slijmbeursontstekingen helpen genezen. Er is ook bewezen dat geluidsgolven botgroei stimuleren. De shockwave therapie is een goed alternatief voor een operatieve behandeling doordat er sprake is van een snelle en eenvoudige toepassing.

Wat houdt een shockwavebehandeling in?

Er wordt een gelei aangebracht op de huid waarna met het apparaat (lijkend op een echoapparaat) ongeveer 250 geluidsgolven per minuut op het pijnlijke gebied gegeven worden. De behandeling duurt ongeveer 5 minuten. Het is een pijnlijke behandeling. Ons advies is om niet deel te nemen aan het verkeer. Neem iemand mee die u veilig naar huis kan begeleiden.



Afbeelding: behandeling van een hielspoor

De shockwave therapie wordt momenteel gebruikt voor de volgende aandoeningen:

- Tenniselleboog, golfelleboog
- Pijnklachten aan de achillespezen, degeneratieve veranderingen van de achillespezen, knobbelvorming van de achillespezen
- Ontsteking van slijmbeurzen (bijvoorbeeld bij de schouder en bij de heup)
- Verkalkingen tussen de schouderkop en schouderkop (door de schokgolven is het mogelijk om verkalkingen te vergruizen en helende processen in pezen en bot te stimuleren).
- Hielspoor
- Irritaties en ontstekingen van de kniepees

Voor de behandeling

Eén uur voor de behandeling mag u 2 tabletten Paracetamol à 500 mg innemen.

Een half uur voor de behandeling gaat u de plek die behandeld moet worden koelen met een ijspakking. De ijspakking nooit direct op de huid plaatsen maar inpakken in een theedoek of washand.

Als u ontstekingsremmers gebruikt, overleg met uw behandelend orthooped of u hier mee moet stoppen voor de behandeling.

De effecten zijn

1. Geluidsgolven zetten aan tot nieuwe doorbloeding bij de aanhechting van de pezen op het bot.
2. Kalkdepots (verkalkingen in weke delen) worden vergruisd. Dit kan enige weken duren.
3. Vorming van helend littekenweefsel na enkele weken, volgend op de behandeling.
4. Chronische ontsteking activeren waardoor het door het lichaam opgeruimd wordt. 1 week rust houden in verband met het opruimen van de ontsteking.

Complicaties van de behandeling

- Plaatselijke zwelling
- Kleine stipvormige bloedinkjes ontstaan door oppervlakkige bloeditstoringen van de huid en onderhuidse weefsels.
- Rode huidvlekken, veroorzaakt door een verhoogde bloedtoevoer naar de haarvaten.
- Als u bloedverduunners gebruikt, heeft u een verhoogde kans op een bloeditstorting na de behandeling.

Na de behandeling

De klachten kunnen na de behandeling toenemen. Koelen met ijs en pijnstillende medicatie (Paracetamol 500mg maximaal 4 x 2 tabletten) kunnen verbetering geven. Het is niet verstandig ontstekingsremmers te gebruiken omdat dit een negatief effect heeft op de behandeling.

De eerste week na de shockwavebehandeling moet u rustig aan doen. Het behandelde lichaamsdeel mag u wel bewegen maar niet overbelasten.

Wordt u aan uw voet, knie of heup behandeld? Dan kunt u eventueel krukken huren/lenen bij de Evean thuiszorgwinkel, Bristolroodstraat 164 te Zaandam. (telnr. 088 - 10 20 100, ma t/m vrij 8.30 t/m 17.00)

Op geleide van de pijn kunt u na 1 week uw activiteiten weer hervatten. Wij raden aan het sporten na 6 tot 8 weken pas te hervatten.

Drie maanden na de shockwave behandeling

- Zijn de klachten over na 3 maanden? Dan hoeven wij u niet terug te zien.
- Zijn de klachten nog niet helemaal over? Dan kunnen wij de behandeling nog een keer herhalen. U kunt hiervoor een afspraak maken met de poli orthopedie (075 650 2105)
- Heeft de behandeling helemaal niet geholpen? Belt u dan met poli orthopedie. We plannen dan in gezamenlijk overleg met u nog een shockwavebehandeling of een afspraak in met de arts.

Vragen?

U kunt ze stellen aan de medewerkers van de polikliniek orthopedie. U kunt de polikliniek bereiken van maandag tot en met vrijdag van 8.30 - 16.30 uur op telefoonnummer 075 650 21 05.