



ClaudicatioCare.be

oefentherapie & leefstijlbegeleiding

Claudicatio intermittens is een aandoening van het arteriële stelsel in de onderste ledematen (distaal van de oarta abdominalis), waarbij **progressieve vernauwing** van de arteriën optreedt ten gevolge van arteriosclerose. De aandoening manifesteert zich o.a. door **pijn** in de benen bij het stappen, die na een paar minuten verdwijnt bij rust. Dit stadium noemt men ook wel **'etalagebenen'**.

In België gaat men relatief snel over tot **invasieve procedures** (ballon-dilatatie met of zonder stent, eventueel bypass). De literatuur is het echter eens: eerst zou er een **'conservatief' traject** aan de patiënt moeten worden voorgesteld.

Dit traject bestaat uit:

- correctie van de modifieerbare **risicofactoren** door leefstijlverandering en/of medicatie
- **gesuperviseerde oefentherapie** bij een bijgeschoolde kinesitherapeut.

Literatuur toont aan dat op termijn (3 tot 6 maanden) de **functionele resultaten** voor de patiënt vergelijkbaar zijn met de invasieve procedures, maar dat bij het conservatieve traject de resultaten **langduriger** aanhouden én dat de levenskwaliteit significant beter is. Na een invasieve ingreep is de kans op reïnterventie na 2 jaar ongeveer 35%.

Concrete voordelen van het conservatieve traject:

- Geen interventie-risico;
- Grotere kans op leefstijlverandering door regelmatig contact met de kinesitherapeut die als 'coach' fungeert;
- Relevante verbetering van de stapafstand en levenskwaliteit;
- Ook de arteriosclerotische processen op andere locaties worden positief beïnvloed;
- Patiënt leert omgaan met de pijn;
- Patiënt leert zelfstandig en mee verantwoordelijk te zijn;
- Financieel gunstig voor de gezondheidszorg;
- Toepassing van het 'stepped-care'-principe: als na 3 tot 6 maanden geen verwachte verbeteringen zijn gerealiseerd, kan nog steeds worden overgegaan tot invasieve ingreep.

Om patiënt en arts te overtuigen van de meerwaarde van het conservatieve traject, werd in Vlaanderen het project **ClaudicatioCare.be** opgestart, met (financiële) steun van de overheid.



FACTS & FIGURES

CLAUDICATIO INTERMITTENS

Oorzaak:
slagaderverkalking



500.000 - 700.000
mensen met perifeer arterieel
vaatlijden in België

16.000
nieuwe patiënten met
Claudicatio intermittens
per jaar

Risicofactoren:



Gemiddelde
leeftijd:
70 jaar

PIJLERS CONSERVATIEF TRAJECT



**Cardiovasculair risico-
management (CVRM,**
door de huisarts) en
symptomatische
behandeling (door
kinesitherapeut).

Leefstijlbegeleiding, medicatie
(bloedplaatjesremmers
en cholesterolverlagers),
adequate **regeling** van
eventuele diabetes
mellitus en/of hypertensie.



**CVRM is gericht op het vermijden van een nieuw
hart- en/of herseninfarct en vroegtijdig overlijden.**

PLAN VAN AANPAK

VOOR DE HUISARTS



1. Symptomatologie

- Pijn / kramp / ongemak in (onder)benen na bepaalde afstand stappen
- Verdwijnt bij rusten (max 10 min)



2. Bevestiging van de diagnose

- Klinisch onderzoek en/of enkel-arm-index en/of medische beeldvorming



3. Indien akkoord patiënt

- Voorschrift kinesitherapie: claudicatio intermittens, 36 zittingen met tussenkomst van de mutualiteit
- Kijk op www.claudicatiocare.be voor een kinesitherapeut in de buurt
- Kinesitherapeut geeft een tussentijds en eindverslag



4. Indien geen significante verbetering in drie maanden in stapafstand

- Verwijs naar de vaatspecialist

SET: SUPERVISED EXERCISE TRAINING + LEEFSTIJLBEGELEIDING

VS

INVASIEVE THERAPIE

- Eerste keuze behandeling
- Duurzame effecten
- Ook effect op contralaterale been
- Algemene gezondheid en leefstijl
- Financieel voordeliger voor gezondheidszorg
- 6.4% van patiënten ondergaat nog invasieve therapie

- Indien onvoldoende effect behaald met SET
- Interventie meestal beperkt tot 1 been
- Grotere financiële belasting voor gezondheidszorg
- 35.1% van patiënten ondergaat nog tweede invasieve therapie



ClaudicatioCare.be

CLAUDICATIO KINESITHERAPEUT



SET start met **meerdere sessies per week** en wordt vervolgens stapsgewijs afgebouwd naar het niveau waarop de patiënt **zelfstandig** kan trainen in zijn/haar eigen omgeving. Deze training vindt veelal plaats op een **loopband**, waarbij de patiënt intervalsgewijs door de pijn heen stapt, gevolgd door een kort moment van rust. Daarnaast wordt het **uithoudingsvermogen** getraind en is er aandacht voor verbetering van het **stappatroon** met functionele **oefeningen en krachtraining**.



Tijdens SET wordt door middel van **motiverende gespreksvoeringstechnieken** leefstijlverandering nagestreefd. Stoppen met **roken**, gezonde(re) **voeding** en een verantwoord **lichaamsgewicht** zijn onderdelen die tot dit domein behoren. Tijdens de intensieve trainingscontacten wordt de patiënt begeleid in **zelfmanagement**.



Evaluatie van de behandeling vindt veelal plaats met behulp van een gestandaardiseerde **loopbandtest**, eventueel aangevuld met **vragenlijsten**, waarvan de uitkomsten op een gestandaardiseerde wijze en op vaste momenten teruggekoppeld worden aan de **verwijzer**.



SET is bewezen effectief in het **verminderen van pijn**, het verhogen van de **maximale en functionele loopafstand** en het verbeteren van de **kwaliteit van leven**. Daarnaast zijn er aanwijzingen voor een positief effect op de levensverwachting door afname van het aantal hart- en herseninfarcten. Het is gebleken dat **80%** van de patiënten met CI tevreden is met deze kinesitherapeutische behandeling.



Wetenschappelijke studies hebben aangetoond dat een **invasieve** behandeling tot dezelfde verbetering in stapafstand leidt als SET, maar wel met een **grotere kans op complicaties** en **hogere kosten** gepaard gaat. SET als eerste behandeling is kosteneffectief gebleken en kan een geschatte jaarlijkse **kostenbesparing** van 33 miljoen opleveren.

Alle bronnen en meer info op [ClaudicatioCare.be](https://www.claudicatio.be)