



# ClaudicatioCare.be

oefentherapie & leefstijlbegeleiding

**Claudicatio intermittens** is een aandoening van het arterieel stelsel in de onderste ledematen (distaal van de aorta abdominalis), waarbij **progressieve vernauwing** van de arteries 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'**.

De literatuur is het erover eens: eerst kan er een **'conservatief' traject** aan de patiënt worden voorgesteld.

Dit traject bestaat uit:

- correctie van de modifieerbare **risicofactoren** door leefstijlverandering en medicatie
- **oefentherapie**, idealiter 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.

## 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 wandelafstand 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 onvoldoende verbeteringen zijn gerealiseerd, kan nog steeds worden overgegaan tot invasieve ingreep.

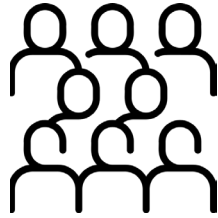
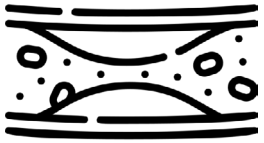
Om patiënt en arts te overtuigen van de meerwaarde van het conservatieve traject, werd het project **ClaudicatioCare.be** opgestart, met (financiële) steun van de overheid.



# 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



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



**Cardiovasculair risico-management** (CVRM, door  
de huisarts, cardioloog, vaatspecialist, specialist, ...) en **symptomatische behandeling** (bij voorkeur onder  
begeleiding van kinesitherapeut).

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

# PLAN VAN AANPAK

## VOOR DE (HUIS)ARTS OF VAATSPECIALIST



### 1. Symptomatologie

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



### 2. Bevestiging van de diagnose

- Klinisch onderzoek en/of enkel-arm-index



### 3. Indien akkoord patiënt

- Voorschrijf kinesitherapie: claudicatio intermittens, 36 zittingen betaald vanuit het project
- Kijk op [www.claudicatiocare.be](http://www.claudicatiocare.be) voor een kinesitherapeut in de buurt
- Kinesitherapeut geeft een tussentijds en eindverslag



### 4. Indien geen significante verbetering in drie maanden in wandelafstand

- Verwijs naar de vaatchirurg

## SET: SUPERVISED EXERCISE TRAINING + LEEFSTIJLBEGELEIDING

- Eerste keuze behandeling
- Duurzame effecten
- Ook effect op contralaterale been
- Algemene gezondheid en leefstijl
- Financieel voordeliger voor gezondheidszorg

## 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

# 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 wandelafstand** 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://ClaudicatioCare.be)