

Hernia van de rug

Inleiding

Deze folder geeft u informatie over de hernia van de rug (Hernia Nuclei Pulposa). Dit wordt ook wel LRS (Lumbosacraal Radiculair Syndroom) genoemd.

De wervelkolom

De menselijke wervelkolom bestaat uit:

- 7 halswervels
- 12 borstwervels
- 5 lendenwervels
- 1 heiligbeen en 3 staartwervels

De heiligbeenwervels zijn onderling met elkaar vergroeid en vormen 'het heiligbeen'. De staartwervels vormen samen 'het stuitje'.

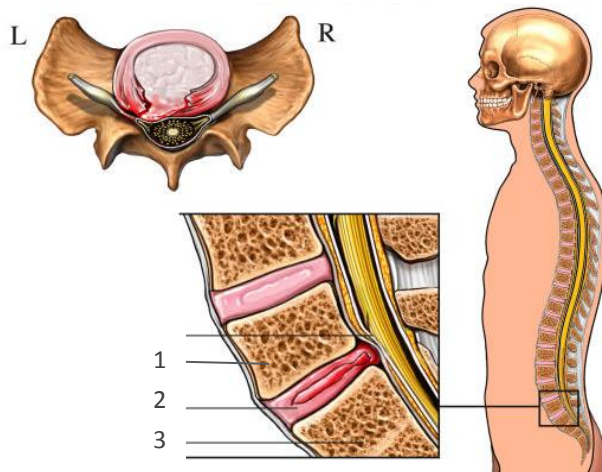
Tussenwervelschijf

Tussen de wervels bevindt zich de tussenwervelschijf (of discus). De tussenwervelschijf is opgebouwd uit een stevig omhulsel en is voorzien van een elastische kern. Als de stevige buitenlaag een zwakke plek gaat vertonen of scheurt kan de kern naar buiten komen en op een zenuw drukken. Deze uitpuiling wordt hernia genoemd, afgekort met HNP (Hernia Nuclei Pulposa).

Hernia

Een hernia komt, laag in de rug, vooral tussen de 4e en 5e lendenwervel (aangegeven met L4-L5) voor en tussen de 5e lendenwervel en het heiligbeen (L5-S1). Dit zijn plaatsen waar zich het ruggenmerg al heeft gesplitst in losse zenuwbanen. Deze zenuwen lopen in een langwerpige zak naar beneden en verlaten links en rechts bij elke tussenwervelschijf deze zak. Hier kan de beklemming ontstaan.

Zij- en bovenaanzicht van een hernia L5-S1



1. Zenuwbanden
2. 5^e Lendenwervel (L5)
3. Tussenwervelschijf
4. Heiligbeen (S1)

Door de beklemming van de zenuw in de rug treedt een uitstralende pijn op, die via de bil meestal langs de achter- of buitenzijde van het bovenbeen, tot in het onderbeen reikt. Soms straalt er pijn in het scheenbeen en naar de grote teen uit of soms meer langs de kuit naar de onderkant van de voet, afhankelijk van welke zenuw beklemd is. Ook kan bij een hoge beklemming juist pijn in het bovenbeen optreden. Bij een ernstige beklemming van de zenuw kunnen uitvalsverschijnselen ontstaan, zoals verlammingen of een dof gevoel of tintelingen in het been of de voet.

Onderzoek

Hernia's komen in de algemene bevolking regelmatig voor, zonder dat ze enige klachten veroorzaken. Het gaat erom of er klachten zijn, veroorzaakt door een hernia, waarbij het met name gaat om uitstralende pijn in een been. Pijn in de rug is niet noodzakelijk. Alléén rugpijn past niet bij een hernia.

De neuroloog kan met vragen en testjes (zoals het heffen van de benen en het beoordelen van de reflexen) onderzoeken of er sprake is van een beklemd zenuw. Als hier verdenking op is, kan op een MRI-scan (een manier van beeldvorming met magnetische velden waarbij er doorsnede foto's worden gemaakt) bekeken worden of op dat niveau een hernia aanwezig is.



MRI-scan waarop een hernia te zien is

Behandeling

In de acute fase is goede pijnstilling aangewezen. Het is niet zinvol om alleen maar bedrust te houden. Het is belangrijk zo goed mogelijk actief te blijven. Dit kan eventueel met hulp van een fysiotherapeut. Over het algemeen is er een gunstig spontaan verloop. Het herstel treedt vooral (bij 75%) de eerste drie maanden op, maar kan ook nadien nog plaatsvinden. Een zeer kleine groep heeft na één jaar nog klachten. Soms verdwijnen de klachten dus niet. Meestal worden de eerste acht weken afgewacht, dan kan op elk moment in overleg met de neuroloog de beslissing tot een operatie volgen, afhankelijk van het herstel, de ernst van de klachten en eventuele andere factoren. Alleen bij problemen met plassen en gevoelsstoornissen van de billen of bij een snel toenemende verlamming, kan tot een spoedoperatie worden besloten. Bij operatie wordt door de neurochirurg door middel van een snee in de onderrug de uitpuiling van de tussenwervelschijf weggehaald om de beklemde zenuw weer ruimte te geven. Men moet rekening houden met eventuele complicaties tijdens en na de operatie, die gelukkig weinig optreden, zoals een bloeding, beschadiging van een zenuw of littekenweefselvorming.

Telefoonnummers en adressen

Polikliniek Neurologen
Locatie Deurne
T: 0493 – 32 89 14
Locatie Helmond
T: 0492 – 59 59 54

Polikliniek Orthopeden
Locatie Deurne
T: 0493 – 32 89 20
Locatie Helmond
T: 0492 – 59 59 60

Locatie Helmond
Wesselmanlaan 25
5707 HA Helmond
T: 0492 – 59 55 55

Locatie Deurne
Dunantweg 16
5751 CB Deurne
T: 0493 – 32 88 88

Locatie Gemert
Julianastraat 2
5421 DB Gemert
T: 0492 – 59 55 55

