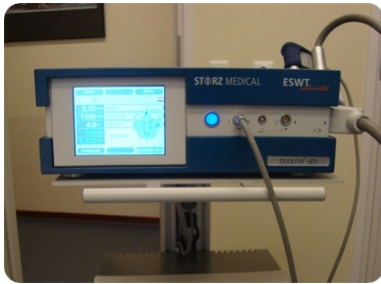


Extra-corporale Shock Wave Therapie (ESWT)

Oorzaken van de aandoening	2
Hoe werkt ESWT?	3
‘Radiale’ en ‘focussed’ ESWT	3
De behandeling	4
Combinatie ESWT en excentrisch trainen	5
Vergoeding ziektekostenverzekering	6
Meer informatie?	7

Uw huisarts of medisch specialist heeft voor uw klachten een behandeling met schokgolven ('shock waves') voorgesteld. In deze folder leest u meer over Extra-corporale Shock Wave Therapie (ESWT). ESWT kan ingezet worden bij chronische ontstekingen en littekenvorming in pezen al dan niet met kalkafzetting. Wanneer rust, pijnstilling en oefentherapie onvoldoende tot verbetering leiden, kan ESWT een oplossing zijn.

Voor een aantal aandoeningen waarbij in het verleden een operatie nodig was, is nu een behandeling met ESWT voldoende.



Oorzaken van de aandoening

De oorzaak van het ontstaan van chronische ontstekingen in pezen (Tendinose) is niet altijd te achterhalen. Een periode van overbelasting kan de oorzaak zijn. Ook een niet goed herstellende acute blessure kan tot chronische peesklachten leiden. Deze ontstekingen kunnen gepaard gaan met kalkafzetting in de pezen of kapsel van een gewricht. Veelvoorkomende overbelastingsblessures zijn onder andere:

- Hielspoor (Fascitis plantaris)
- Schouderpijn (met name cuffproblematiek, met of zonder verkalking)

- Achillespees ontsteking (Tendinose van de achillespees)
- 'Runner's Knee' (Tractus Iliotibialis frictiesyndroom, oftewel TIFS), 'Jumpers knee'
- Tennis- en golfelleboog
- Shin Splints (Tibial edge syndrome)
- Overbelastingsblessures in het algemeen (Insertie-tendinopathie)

Hoe werkt ESWT?

ESWT is afgeleid van de niersteen vergruizingstechniek. Door middel van hoogfrequent ultra geluid zorgt ESWT voor een betere voedingstoestand van de pees. Het kan stapsgewijs de kalkafzetting vergruizen. Samen met de overige fysiotherapeutische behandel mogelijkheden, zorgt ESWT voor een betere pees kwaliteit en afname van klachten.

3

Er is een kans van ongeveer 70% dat met de behandeling klachten verdwijnen of duidelijk verminderen. De behandeling wordt in Nij Smellinghe door de fysiotherapeuten uitgevoerd (route 30).

Afhankelijk van de ernst van uw klachten en de plek in het lichaam waar de kalkafzetting zit, wordt u behandeld met 'focussed' en/of 'radiale' ESWT.

'Radiale' en 'focussed' ESWT

Bij ESWT wordt gebruik gemaakt van hoogfrequente geluidsgolven. Er worden als het ware onzichtbare golven in de aangedane plek 'geschoten'. De behandelaar zet een soort kop (transducer) met gel op de te behandelen plaats. De behandeling is niet pijnvrij, maar de meeste patiënten verdragen deze pijn goed zonder pijnstilling. Radiale therapie werkt met een generator. Hierbij wordt een groter gebied minder diepgaand behandeld. Bij focussed therapie doen

elektromagnetisch opgewekte schokgolven het werk. Deze vorm is intensiever en gaat dieper. Gemiddeld zijn er acht ESWT-behandelingen nodig. Het exacte aantal behandelingen hangt af van de ernst van de klacht en de tijd dat de klachten al bestaan. Als de klachten al lang bestaan en er is veel schade aan de pees, zal het herstel normaal gesproken langer duren.



De behandeling

Lichamelijk onderzoek

Als uw huisarts of specialist een ESWT-behandeling voorschrijft, krijgt u een afspraak voor een intake bij de fysiotherapeut. Tijdens de anamnese en het onderzoek bij de fysiotherapeut worden uw klachten en de aandoening verder in kaart gebracht.

Door middel van een echo kan de peeskwaliteit goed in beeld worden gebracht. Zo wordt er meer inzicht over de ernst van de schade en de locatie van het peesletsel verkregen. Om deze reden

wordt er voor aanvang van de ESWT-behandeling beeldvormend onderzoek aangevraagd. Dit bestaat uit een diagnostische echografie van de aangedane structuren (pees).

Dit aanvullende onderzoek wordt door uw huisarts of medisch specialist aangevraagd. De echo vindt plaats op onze afdeling Radiologie (route 32).

Combinatie ESWT en excentrisch trainen

Naast de behandeling met ESWT krijgt u meestal een thuisoefenprogramma: 'excentrisch trainingsprogramma'.

Excentrisch, ook wel negatieve weerstand genoemd, verwijst naar een actie van de spieren waarbij de spier zich op gecontroleerde wijze verlengt (bijvoorbeeld de werking van de bovenbeenspieren bij langzaam de trap af lopen).

5

Het is de bedoeling dat u thuis dagelijks oefeningen doet.

Het doen van het excentrisch trainingsprogramma zorgt voor een kwalitatief betere pees. De combinatie van een verbetering van de voedingstoestand door ESWT en het excentrische oefenprogramma geeft het beste resultaat.

Tevens worden de kracht en coördinatie van de spieren die betrekking hebben op de blessure in kaart gebracht. Indien deze onvoldoende goed functioneren zal een trainingsprogramma voor u worden opgesteld om deze te verbeteren.

Ook uw activiteitsniveau in uw dagelijks leven wordt besproken. Een te intensief of eenzijdig belastingspatroon kan een oorzaak zijn van het ontstaan van uw aandoening of gebrek aan herstel.

Het is belangrijk dat uw activiteitsniveau in overeenstemming is met de belastbaarheid van de pees. Hierdoor wordt het herstel bevorderd.

Een niet juiste afstemming van uw activiteiten kan leiden tot een vertraagd herstel.

De combinatie van de volgende zaken is bepalend voor uw herstel:

- Een juiste afstemming van de belasting op het weefsel in uw dagelijks leven
- ESWT
- Het uitvoeren van het excentrisch trainingsprogramma
- Een goede kracht en coördinatie van de omliggende spieren

6

Vergoeding ziektekostenverzekering

De ESWT behandeling wordt gedeclareerd als fysiotherapie. Voordat u start met de behandeling dient u na te gaan in welke mate fysiotherapie wordt vergoed door uw zorgverzekeraar. Het aantal behandelingen dat u vergoed krijgt is afhankelijk van uw (aanvullende) verzekering bij uw zorgverzekeraar. U wordt geacht zelf de polisvoorwaarden te kennen.

Als u een rekening ontvangt moet u deze rechtstreeks betalen aan Nij Smellinghe. U bent zelf verantwoordelijk voor de verdere afhandeling met uw zorgverzekeraar.

Wanneer er sprake is van werkverzuim als gevolg van de aandoening, kunt u een vergoeding van uw werkgever of arbodienst vragen. De behandeling draagt namelijk bij aan een versnelde terugkeer in het arbeidsproces.

Meer informatie?

Heeft u vragen of wilt u een afspraak maken? U kunt hiervoor de afdeling Fysiotherapie op werkdagen bereiken op telefoonnummer (0512) 588 245.