



Diepe Veneuze Insufficiëntie (DVI)

Bij u is er een Diepe Veneuze Insufficiëntie (DVI) geconstateerd. In deze folder leest u wat de klachten hierbij kunnen zijn en wat u er zelf aan kunt doen.

Wat is een Diepe Veneuze Insufficiëntie

Onze benen krijgen via de slagaderen zuurstofrijk bloed. Het zuurstofarme bloed wordt afgevoerd door de aderen (ook wel venen genoemd).

Spataderen en Diepe Veneuze Insufficiëntie komen voor in de venen (afvoerende vaatstelsel met zuurstofarm bloed). Het afvoerende vaatstelsel bestaat uit twee systemen:

- het oppervlakkige systeem
- het diepe systeem

Oppervlakkige systeem

Het oppervlakkige systeem kunt u zelf op de benen zien als zichtbare spataderen. Maar er is ook een deel van het oppervlakkige systeem dat u niet kunt zien. Afwijkingen aan de oppervlakkige aderen kunnen behandeld worden en is geen groot probleem. U kunt namelijk zonder deze oppervlakkige aderen. Dit komt omdat het diepe systeem al het bloed afvoert.

Diepe systeem

Dit systeem voert al het bloed af. De richting van het zuurstofarme bloed moet van de voet naar de longen zijn. Werken de kleppen in de venen van het diepe systeem niet goed? Of doet uw eigen spierpomp het niet meer goed en wordt het bloed naar beneden geduwd door de zwaartekracht in plaats van richting uw longen? Dan wordt dit Diepe Veneuze Insufficiëntie (DVI) genoemd.

Klachten

De klachten die u kunt hebben kunnen verschillend zijn. U kunt nauwelijks klachten hebben tot zeer hevige klachten. Typische klachten voor een DVI zijn:

- Het vol voelen lopen van de benen tijdens het staan.
- Dikker worden van het been of benen.
- Open wonden.
- Klachten die ook bij spataderen voorkomen, alleen voelen de klachten wel erger. Zoals:
 - vermoeide benen vooral na lang staan of zitten
 - rusteloze benen
 - zwelling rond enkels of voeten
 - pijnlijke benen
 - jeuk
 - kramp
- Het krijgen van meer zichtbare adertjes.

Wat u kunt doen?

- Compressie kous(en) dragen bij lang staan of zitten. Deze zijn te koop bij sport speciaalzaken of internet winkels.
- Juiste op maat aangemeten lange of korte steunkousen dragen.
- Veel bewegen.
- Voorkom overgewicht.

Lange steunkousen

U kunt een afspraak maken bij [eMJe b.v.](#) (0180) 410 299 voor uw steunkous(en). Zij kunnen eventueel ook bij u thuis langskomen.

De steunkous(en) worden op u aangepast. En geven een hogere druk dan normale compressie kousen. Hierdoor wordt het bloed weer meer richting uw longen gepompt.

Het dragen van de steunkous(en)

Het altijd dragen van de steunkous(en) is niet altijd gemakkelijk. Zeker met warm weer is dit belastend. Maar juist met warm weer is het dragen van de steunkous(en) extra belangrijk omdat de aderen dan nog wijder open staan en het lastiger is om het bloed de goede kant op te pompen.

- Draagt u de steunkous(en)? Dan merkt u na 4 weken het maximaal te behalen resultaat.
- Draagt u de steunkous(en) 2 weken niet? Dan zullen de klachten weer zijn zoals die waren voordat u de steunkous(en) droeg.

Het dragen van de steunkous(en) is dus erg belangrijk maar probeert u ook te kijken wat bij u past. Zeker bij jonge actieve mensen kan de eigen spierpomp nog een hoop compenseren. En kunnen misschien de steunkous(en) minder gedragen worden. Of alleen bij belasting zoals bijvoorbeeld: lang staand werken, sporten als hardlopen, sporten waarbij veel druk op de benen komt, lang zitten in een vliegtuig.

Af en toe een dag geen kous(en) dragen zorgt er niet voor dat uw klachten weer ernstig toenemen.

Wat u moet vermijden

Om ervoor te zorgen dat u zo weinig mogelijk klachten heeft is het belangrijk dat u:

- Niet lang stil staat
- Niet lang stil zit
- Moet u staan? Kijk dan toch of het u lukt om te **gaan zitten**. Kan het niet anders? Probeer u dan **actief te staan** en nog wat te **wiebelen en bewegen** door bijvoorbeeld afwisselend op uw hakken en tenen te gaan staan. De kuitspier kan dan blijven knijpen. In de hoop dat uw eigen spierpomp met hulp van de steunkous(en) het bloed de juiste kant opduwt.
- Bij lang zitten is het belangrijk dat u de benen hoog legt en niet kruist (over elkaar heen legt).
- Gaat u bijvoorbeeld met het vliegtuig, trein of auto een langere reis maken? Vraag dan advies aan uw huisarts. Dan kunt u misschien beter korte steunkousen in plaats van lange steunkousen tot aan de knie dragen. Door lang zitten en het dragen van lange steunkousen kan de snelheid van het bloed onder de knie zo traag worden dat het gaat samen klonteren. Dat heet een trombose been. Een gezond persoon heeft 10% kans op het krijgen van een trombose been. Mensen met DVI hebben 21% kans op het krijgen van een trombose been. Door het dragen van steunkousen wordt deze kans erg verlaagd.

Hoe kom ik aan DVI

- erfelijke aanleg
- zwangerschap
- hormonale factor
- andere oorzaak zoals bijvoorbeeld: beroep, aandoening aan uw been, operatie aan uw been of een ongeluk.

Hoe kom ik aan steunkousen

Er zijn verschillende firma's voor steunkousen. De kous die u nodig heeft is een lange/korte kous TEK klasse II. U kunt voor het aanvragen van steunkousen een recept meekrijgen van uw arts. U kunt een afspraak maken bij [eMJe b.v.](#) (0180) 410 299 voor uw steunkous(en). Zij kunnen eventueel ook bij u thuis langskomen.

Vergoeding van uw zorgkosten en steunkousen

Niet alle zorg in het ziekenhuis wordt vergoed door uw zorgverzekeraar. U betaalt ook altijd de hoogte van uw eigen risico. De steunkousen worden ongeveer eens in de 2 jaar vergoed vanuit de basisverzekering. Vraag dit voor de zekerheid na bij uw zorgverzekeraar.

Vraag vooraf bij uw zorgverzekeraar of uw behandeling in ons ziekenhuis vergoed wordt.

Vragen

Heeft u thuis na het lezen van deze informatie nog vragen? Stel deze dan aan uw behandelend arts. Neemt u dan contact op met de polikliniek chirurgie via telefoonnummer (023) 224 0020.

Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid
Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord
Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp
Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl