



Fysiotherapie Westzijde

Etalagebenen (Perifeer Arterieel Vaatlijden)

Heeft u van uw huisarts of vaatspecialist de diagnose Perifeer Arterieel Vaatlijden gekregen? Dan kunt u voor behandeling hiervan terecht bij Fysiotherapie Westzijde. Onze praktijk is aangesloten bij het landelijke netwerk ClaudicatioNet* voor specialisten en therapeuten op het gebied van perifeer arterieel vaatlijden. Vaatverpleegkundigen en vaatspecialisten zullen u dan ook adviseren om contact op te nemen met een gespecialiseerde fysiotherapeut.

De diagnose die beter bekend staat als Etalagebenen, betekent dat er slagaderverkalking in de benen is ontstaan. Deze verkalking kan leiden tot een vernauwing of verstopping van bloedvaten, waardoor er minder zuurstof getransporteerd wordt naar de spieren.

Zuurstof is essentieel voor spieren om goed te kunnen functioneren en wordt aangevoerd door het bloed. Een zuurstoftekort in de beenspieren zorgt voor verzuring. U ervaart dit als pijn, kramp, tintelingen of een stijf gevoel.

Inmiddels is uit wetenschappelijk onderzoek gebleken dat met name lopen de klachten vermindert. Gesuperviseerde looptraining van een gespecialiseerde fysiotherapeut is niet alleen gericht op het vertragen van verdere ontwikkeling van slagaderverkalking, maar ook op het vergroten van een pijnvrije loopafstand.

Daarnaast is gebleken dat looptraining onder begeleiding van een fysiotherapeut zorgt voor een betere vaatconditie en algemene gezondheidstoestand dan zelfstandig wandelen. Wandelen is tevens goed tegen overgewicht, bij eventuele diabetes en helpt uw hele lichaam fit en gezond te houden.

Naast de aanbevolen looptraining heeft u waarschijnlijk ook een aantal leefstijladviezen gekregen, zoals:

- Niet roken
- Gebruik van medicatie
- Gezonde voeding
- Eventueel overgewicht terugdringen
- Bewegen, maar vooral veel lopen

Perifeer Arterieel vaatlijden is een chronische indicatie voor fysiotherapie. Dit betekent dat de eerste 20 behandelingen uit uw aanvullende zorgverzekering vergoed worden en dat de daarna vergoed worden uit de basisverzekering (tot max. 1 jaar na aanvang van de behandeling). Per 1 januari 2017 zullen de behandelingen onder de basisverzekering vallen en voor 37 keer vergoed worden.

Met een verwijzing van uw vaatspecialist of uw huisarts kunt u bij ons een afspraak maken. Het is wel aan te raden om vooraf uw verzekeringsvoorwaarden te raadplegen. Met name de vergoeding uit de aanvullende verzekering.

**ClaudicatioNet is een landelijk netwerk van specialisten en therapeuten. Wij zijn goed opgeleid op het gebied van looptraining en het begeleiden van leefstijlverandering. Onze praktijk beschikt over goede trainingsmogelijkheden. Daarnaast krijgen wij regelmatig nascholing en hebben wij intercollegiaal overleg. Fysiotherapie Westzijde staat in nauw contact met de vaatspecialisten van het Zaans Medisch Centrum.*