

Wat is een hernia nucleï pulposi (HNP)?

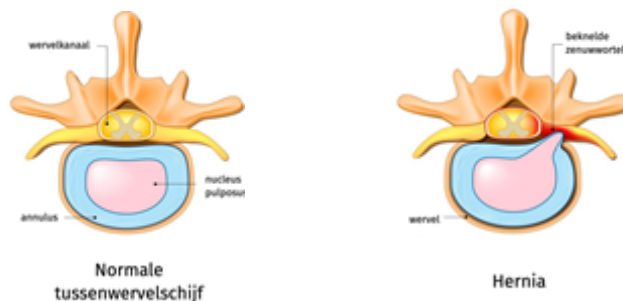
De medische naam voor een hernia is hernia nucleï pulposi, afgekort HNP. Een hernia is een uitstulping van een tussenwervelschijf. Hierdoor raakt een zenuw bekneld die naar het been of naar de arm gaat. Een hernia komt meestal laag in de rug voor en minder vaak in de nek.

Klachten

De belangrijkste klacht is pijn laag in de rug die uitstraalt naar een been, of nekpijn die uitstraalt naar een arm. De pijn ontstaat meestal in korte tijd, vaak zonder duidelijke reden. De uitstralende pijn in het been of de arm is erger dan de rug- of nekpijn. Vaak zijn er ook tintelingen of een dof gevoel. De pijn wordt erger als u moet hoesten of persen. Meestal wordt de pijn minder als u ligt.

Wat is de oorzaak?

De tussenwervelschijf bestaat uit een elastische ring en een zachte binnenkant. Door rechtop te staan of te zitten komt er druk op de elastische ring. Als deze ring slapper wordt, kan de zachte binnenkant gaan uitpuilen. Hierdoor kan een zenuw worden afgekneld.



De HNP polikliniek

U bent verwezen naar de HNP polikliniek van het Zaans Medisch Centrum. Op deze polikliniek krijgt u op één ochtend een MRI scan en een afspraak met de neuroloog.

1^e Afspraak: MRI-scan op de afdeling Radiologie, route 0.12 Zuid

U heeft als eerste een afspraak op de polikliniek Radiologie, route 0.12 Zuid. U krijgt hier een MRI scan. U krijgt hier eerst een vragenlijst die u moet invullen voor de MRI scan. Heeft u een pacemaker of ernstige claustrofobie (hevige angst voor kleine ruimtes)? Neem dan zo spoedig mogelijk contact op met de polikliniek Neurologie op telefoonnummer 075 650 7909.

2^e Afspraak: Bezoek neuroloog op de polikliniek Neurologie, route 1.3 Noord

Na de MRI-scan gaat u naar de polikliniek Neurologie, route 1.3 Noord. Hier heeft u de afspraak met de neuroloog. Tijdens dit bezoek krijgt u de uitslag van de MRI-scan en wordt de behandeling met u besproken.

Goed om te weten: Een dag van tevoren wordt u gebeld door een apotheekmedewerker van het Zaans Medisch Centrum om uw medicatiegebruik in kaart te brengen.

Welke behandeling is mogelijk?

De pijn in het been of in de arm wordt minder als er minder druk op de zenuw komt. De uitpuilende tussenwervelschijf moet kleiner worden. Dat gebeurt bijna altijd vanzelf. In de eerste weken moet u de rug zo min mogelijk belasten, maar bedrust is niet nodig. Fysiotherapie kan helpen om uw rugspieren sterker te maken. Ongeveer 80% van de patiënten geneest goed in 2 tot 3 maanden.

Pijnstillers helpen in deze periode. Maar als u veel pijn heeft, ondanks voldoende pijnstillers, kan de neuroloog u doorsturen naar het pijncentrum.

Als de pijn aanhoudt en de uitpuilende tussenwervelschijf is niet vanzelf kleiner geworden, dan zal de neuroloog met u bespreken of een operatie kan helpen. De neuroloog verwijst u naar de neurochirurg.

Behandeling pijncentrum

Injectie

Als u een behandeling bij de pijnspecialist wilt, zal de neuroloog met de pijnspecialist overleggen voor een afspraak bij de pijnpoli. Dit zal op korte termijn zijn. De pijnspecialist zal eerst met u de pijnbehandeling bespreken.

De injectie op het pijncentrum, wortelblokkade genoemd, zorgt voor verdoving van de geïrriteerde zenuwwortel. Soms worden daarbij middelen tegen ontsteking gebruikt. Houdt u er rekening mee dat u na een behandeling op het pijncentrum niet zelfstandig naar huis mag rijden. Zorg dus dat u een begeleider meeneemt.

Verwijzing neurochirurg

Operatie

De neuroloog verwijst u naar de neurochirurg. Er zal een nieuwe afspraak worden gemaakt bij de neurochirurg. Voor meer informatie over de operatie: www.nvvv.org

Contact

Heeft u nog vragen of bent u verhinderd om naar de afspraak te komen? Neem dan contact op met de polikliniek Neurologie op telefoonnummer 075 650 7909.