

Hernia behandeling specialist

Een hernia kan op verschillende niveau's van de wervelkolom voorkomen, het meest in de onderrug en in de nek. Wij spreken hieronder over de hernia van de lage rug.

Bij een hernia ontstaat een defect aan de tussenwervelschijf. De symptomen kunnen heel verschillend zijn, maar de eerste klacht van een hernia is vaak pijn in uw onderrug.

Omdat een hernia op zenuwen in uw rug kan drukken, straalt de pijn dan ook uit naar één of beide benen.

Deze pijn kan samen gaan met krampen in spieren. Het gevolg daarvan is dat de normale kromming van uw wervelkolom verandert in het gebied boven uw heupen. In een aantal gevallen zult u merken dat u wat voorovergebogen kunt gaan staan, of naar links of naar rechts gaat hellen.

Soms pijnklachten, soms niet.

De intensiteit van de pijn is heel wisselend: soms voelt u bij een hernia nauwelijks of geen pijn, maar er kunnen ook perioden zijn dat de pijn zo hevig is dat uw dagelijkse werkzaamheden worden belemmerd.

In veel gevallen verdwijnen uw lage rugklachten na een tijdje. De pijn in uw benen blijft echter bestaan en kan zelfs in hevigheid toenemen. Als de rugklachten verdwijnen, hoeft dit dus niet te betekenen dat uw hernia 'over' is. Een behandeling kan nodig blijven.

U herkent een rughernia aan de volgende hernia symptomen:

- In de meeste gevallen heeft u bij een hernia pijn in de (onder)rug.
- U heeft met name last van een uitstralende pijn in een of beide benen, de rug en/of de bil. De pijn strekt zich soms uit tot onder de knie en soms tot in de voet.
- De pijn kan erger worden bij persen, hoesten of niezen.
- In veel gevallen wordt de pijn bij een hernia erger als er aan de zenuw wordt 'getrokken'. De behandelaar kan dit uitvoeren door uw gestrekte been te heffen terwijl u op uw rug ligt. Dit wordt de Straight Leg Raising (SLR) test of ook wel de proef van Lasègue genoemd.
- Uw peesreflexen kunnen verminderd zijn. Bij een hernia tussen de vijfde lendenwervel en de eerste heiligbeenwervel (dit is het onderste niveau van uw lage rug), bestaat bijvoorbeeld vaak een verlaagde achillespeesreflex.
- U kunt met gestrekte knieën minder goed bukken en u kunt minder ver dan normaal met uw vingers bij de grond komen. Dit wordt een verminderde vinger-bodemafstand genoemd.

Soms is een operatie nodig, maar de meeste gevallen van hernia worden tegenwoordig niet meer geopereerd. Manueel Therapeut Pierre Masteling heeft goede ervaringen met het behandelen van patiënten met een hernia. Omdat deze behandel methode heel subtiel wordt uitgevoerd (u wordt niet gekraakt!) kan er geen schade aan uw rug optreden.

Doel van de behandeling is om de stand van uw rug te corrigeren en functiebeperkingen op te heffen. Het lichaam krijgt dan de gelegenheid om van de hernia te herstellen.