



Ongeveer 2 procent van de mensen heeft een wond die niet wil genezen. Dit kan pijn en problemen veroorzaken - zelfs sociale isolatie. De preventieve boodschap van wonddeskundige Peter Quataert: "Voorkom dat kleine wondjes groot worden."

Tekst: Arnoud Kluiters | Fotografie: Getty Images

**Wanneer je**  
wond **maar niet**  
geneest

De 66-jarige man rookt al sinds zijn puberteit en is een bekende op de afdeling cardiologie in het ziekenhuis. Dit keer is hij doorverwezen met een nieuw probleem: de pijnlijke wond op zijn scheenbeen is groter geworden en wil maar niet genezen. De korst droogt niet goed en er komt vocht uit. Bovendien, merkt hij, worden zijn enkels in de loop van de dag dik. Zijn benen voelen moe en zwaar.

De huisarts heeft hem voor specialistische hulp hiernaartoe gestuurd, zij vermoedt dat zijn slagaderen zijn verkalkt. Die verstoren het genezingsproces en veroorzaken daarmee uiteindelijk een zogeheten open been. Dit vermoeden wordt in het ziekenhuis na uitgebreid vaatonderzoek bevestigd.

### Minder zuurstof

Niet goed genezende wonden op het onderbeen ontstaan door verstopping van de slagader. Ze worden in dokterstaal *ulcus cruris arteriosum* genoemd. Deze aandoening komt met name voor bij ouderen, bij wie met de jaren de slagaderen van het hart richting been vernauwd kunnen raken. Hier lijdt ook de bloedtoevoer naar de huid onder. Er komt minder zuurstof in de weefsels en het genezingsproces raakt verstoord. Tel daarbij op de aderen die normaal gesproken het rondpompende bloed terugvoeren naar het hart. In de aderen bevinden zich kleppen die verhinderen dat er bloed terugstroomt naar de voeten. Sluiten die kleppen niet meer goed, dan veroorzaakt dit stuwings in het onderbeen. Vochtgehalte en druk nemen toe, de huid zal verzakken en strakker komen te staan. Een (spontane) beschadiging kan dan niet meer goed genezen en zo ontstaat een open been. De wonden kunnen ook voeten en tenen treffen. Adertjes gaan uitzetten, spataderen worden zichtbaar, er kunnen bruine verkleuringen ontstaan, de wond gaat onaangenaam ruiken en zal veel vocht produceren. Normaal gesproken behandelen zorgverleners een open been met een drukverband en het dringende advies om langdurig veel te lopen en de kuitspieren te oefenen. Ook steunkousen, zwachtels en een gezondere leefstijl kunnen helpen om de situatie te verbeteren.

## Onder meer diabetes 2 en een hoge bloeddruk kunnen **de genezing onderdrukken**

“In uiterste gevallen kiest een behandelteam voor dotteren of het plaatsen van een stent. Dit zorgt dat de aangedane slagader wijder wordt. Of er wordt tijdens een bypassoperatie een omleiding gemaakt langs de vernauwingen”, vertelt verpleegkundig specialist Peter Quataert. Hij is onder meer bestuurslid van de afdeling Wondexpertise van de V&VN, beroepsvereniging voor verpleegkundigen en verzorgenden, en van het WCS Kenniscentrum Wondzorg.

### Niets in de gaten

Iedereen heeft weleens een wondje, meestal geneest dat binnen vier tot zes weken. Een grotere wond doet daar iets langer over. Maar soms duurt het helingsproces nog langer. “Heel belangrijk is om te achterhalen wat het onderliggende probleem is”, aldus Quataert. “Neem deze man met het open been. Lange tijd had hij niets in de gaten. Goed, hij merkte wel dat er ‘iets’ aan de hand was en liep minder ver dan vroeger. Het zal wel horen bij het ouder worden, dacht hij. Hij zag geen reden om aan de bel te trekken. Dat hij slagaderverkalking had, kwam natuurlijk niet bij hem op.”

Er zijn meer mogelijke verklaringen voor een verslechterd helingsproces. “Het kan zijn dat je diabetes type 2 hebt ontwikkeld. Mensen lopen daar soms al zes jaar mee rond, hebben niets door, pas dan wordt de ziekte gediagnostiseerd. Maar in de tussenliggende jaren verzwakken wel het vaatstelsel en de huid.”

Ook huidkanker, een te hoge bloeddruk, te weinig zuurstof in het bloed, een bloedstolsel (trombose),

doorligplekken (decubitus) en spataderen kunnen het genezingsproces onderdrukken. Net als sommige medicijnen. Prednison bijvoorbeeld onderdrukt weliswaar ontstekingen, maar in dit geval zal een wond niet door de gebruikelijke ontstekingsfase heengaan. En bloeddrukmedicatie beïnvloedt de bloeddorstrooming. Quataert: “Het is dus belangrijk om de oorzaak te achterhalen en die aan te pakken. Dan kun je zo optimaal mogelijke omstandigheden creëren om de wond te laten genezen. Neem altijd tijdig contact op met een zorgverlener, dan kun je vermijden dat de wond hardnekkig wordt. Hiervoor kun je altijd terecht bij je huisarts. In enkele regio's kun je ook zonder doorverwijzing aankloppen bij een Wond Expertise Centrum. Is dat in jouw regio niet mogelijk, dan kan de huisarts je daarnaar doorverwijzen.”



**“Verzorg je huid.**  
Ook een schimmel tussen je tenen kan een wondje worden”

### Zo geneest een wond

Micro-organismen zoals bacteriën, virussen, parasieten, gisten en schimmels hoeven geen probleem te zijn voor je afweersysteem. Dat wordt mogelijk anders wanneer ze, bijvoorbeeld via een wond, het lichaam binnendringen en zich daar vermenigvuldigen. Dat kan leiden tot een infectie. Een wondje is met pech of onoplettendheid zo ontstaan. Je beschadigt dan de opperhuid en eventueel ook het weefsel eronder, bijvoorbeeld doordat je in je vinger snijdt of je elleboog tegen een muurtje stoot. Allereerst is het dan van belang om de wond heel goed schoon te maken. De richtlijn is om de aangedane plek 1 à 2 minuten te spoelen met lauwwarm kraanwater. Niet langer, want dan wordt de huid zacht en geneest minder goed. Eenmaal gereinigd kan verdere behandeling nodig zijn. Onderschat de wond niet en voorkom dat er alsnog vuiligheid in komt. Met bijvoorbeeld een pleister, bandage, zwaluwstaartjes of door hechten of lijmen help je het genezingsproces op gang. Soms is een ontstekingsremmer of een antibioticakuur nodig.

Kenmerk van een genezende wond is dat de omliggende bloedvatjes elkaar weer opzoeken. De rijen moeten zich sluiten, verder bloedverlies moet worden voorkomen. In deze herstelfase reageert het lichaam met een ontstekingsreactie: het afweersysteem wil de indringer verslaan. Dit is meestal niets meer dan een beschermingsreactie op de beschadiging. Afhankelijk van de ernst van de wond kan het aangedane gebied rood worden, pijnlijk en warm aanvoelen, gaan jeuken en/of een beetje opzwellen. Ook de ziekteverwekker waartegen je strijdt, je conditie en de plek op het lichaam spelen een rol. Je kunt hierop reageren met bijvoorbeeld misselijkheid, pijn, koorts, moeheid en functieverlies. Het lichaam is in die fase hard aan het werk om de schade te beperken, om te herstellen én om schadelijke stoffen te verwijderen. Op de wond ontstaat wondvocht dat een korstje vormt. Dit beschermt het nieuw te vormen weefsel tegen aanvallen van buitenaf.



## Blijven rondlopen met een niet-helende wond **kan zelfs leiden tot amputatie**

### Beter genezen

In een wereld van voortschrijdende techniek is natuurlijk de vraag: zijn er al methodes die een wond toch kunnen laten genezen? Zo bestaat er wondverband dat verkleurt als er stofjes in de wond aanwezig zijn die tegen een infectie vechten. Je hebt ook een zogeheten e-nose die bacteriële infecties kan opsporen; via reuk onderzoekt een elektronische meetapparaat of de wond geïnfecteerd is. Quataert lacht en zegt: “Verband, pleisters, zalven en andere hulpmiddelen genezen geen wonden. Wel creëer je een zo optimaal mogelijk milieu om het helingsproces te stimuleren. Afhankelijk van de

soort wond maken zorgverleners hun keuzes.” Daarbij kijken ze of de wond is ontstaan door bijvoorbeeld diabetes, zuurstoftekort of een ontsteking, en of de wond misschien eigenlijk een tumor is. Zit de wond op de voet en is de doorbloeding daarvan slecht? Dan zal die met enkel een verband erop nooit genezen. “Is een wond te vochtig, zorg dan voor verband dat dit goed opneemt. Is de wond wat droog, kies dan voor verband dat vocht afgeeft.”

Soms schakelt het behandelteam een plastisch chirurg in, bijvoorbeeld als langere tijd botten, pezen of bloedvaten blootliggen. Want daardoor kunnen ernstige infecties of bloedingen optreden waaraan je kunt overlijden. Met inachtneming van de oorzaak van de wond maakt een plastisch chirurg in dat geval de wond dicht door het opschuiven of verplaatsen van gezond weefsel.

### Amputatie

Al met al is het belangrijk om een niet-helende wond op tijd te behandelen. Er bestaan schrijnende gevallen van patiënten die er te lang mee blijven rondlopen. In uiterste gevallen kan dit zelfs leiden tot amputatie. Een ingreep om de oorspronkelijke wond te laten genezen heeft dan geen zin meer, de volgende stap is om de amputatiewond te laten helen.

Quataert: “De reden waarom mensen niet of pas laat aan de bel trekken kan zijn omdat ze zich voor hun wond schamen. Of het lukt ze niet of nauwelijks meer om de deur uit te gaan, omdat de wond hen minder mobiel maakt.”

Het komt ook voor dat een huisarts of de thuiszorg te laat doorverwijst. Dit kan gebeuren wanneer het onderliggende probleem niet bekend is, waardoor de wond niet op de goede manier wordt behandeld. De wond zal hierdoor verslechteren.

Het belangrijkste advies van verpleegkundig specialist Quataert: streef een gezonde leefstijl na. “Neem je medicijnen trouw volgens afspraak in. Verzorg je huid. Ook een schimmel tussen je tenen kan een wondje worden. Komt daar een bacterie bij, dan kan dit gaan ontsteken. Zeker op latere leeftijd genees je minder snel, terwijl je dan juist meer gaat mankeren.”

# DUMMY