

Praktijkbulletin, nr. 9: dystrofie

Wat is dystrofie ? Het wordt o.a. ook wel beschreven onder de benaming posttraumatische dystrofie, reflexdystrofie of posttraumatische reflexdystrofie of afgekort als PD of PRD.

Er is sprake van dystrofie als na een trauma een abnormale ontstekingsreactie ontstaat die een groter gebied omvat als alleen de plek van de oorspronkelijke kwetsuur.

Denk hierbij aan kwetsuren als botbreuk aan hand/pols of voet of knie, maar ook aan een onlangs geopereerde regio aan arm of been of een uitgebreid ongevalsgebied in die regio. Het komt altijd voor aan onze armen of benen.

Het leidt bijna altijd tot een abnormale, moeilijk te bestrijden pijn met vaak ook aantasting van de conditie van de structuren in de regio. In de beginfase zijn de klachten diffuus: er is vaak zwelling en roodheid of paarsverkleuring, vaak ook een gestoorde temperatuur en uiteraard pijn en stijfheid. Deze symptomen worden niet minder door rust te nemen, maar verergeren vaak wel als er uitgebreid wordt geoefend en zeker als er door de pijngrens heen wordt bewogen. In de latere fase is er vooral sprake van toename van pijn en stijfheid met als gevolg een zeer beperkte functie of belastbaarheid.

Is therapie mogelijk ?

Er is in de huidige vakliteratuur nog altijd niet eenduidig overeenstemming bereikt over de ontstaanswijze van het complexe klachtenbeeld en vandaar uit ook nog niet welke aanpak de beste is.

Het is in het algemeen een complex beeld van symptomen die niet door een arts of therapeut alleen kan worden bestreden. In de behandeling van met namen de langer bestaande vormen van dystrofie is een multidisciplinaire benadering zeer wenselijk. Denk hierbij aan de combinatie van huisarts, fysiotherapeut, revalidatiearts en evt. neuroloog.

De behandeling kan bestaan uit medicijnen, het aanleren van gerichte oefeningen met een sterk gedoseerde intensiteit, het aanbieden van aanpassingen (brace of krukken?) en pijnbestrijding.

Fysiotherapie kan hierbij een zeer goede rol vervullen; wij kunnen u instrueren om de gewrichten in de omgeving soepel te houden en de omliggende spieren te versterken. Een aangeleerde verkeerde houding corrigeren en uiteraard geven wij ook informatie hoe e.e.a. in de thuissituatie verder is te belasten op een verantwoorde wijze.

In het algemeen is het dankzij een multidisciplinaire behandeling goed mogelijk dat uw functioneren in het dagelijks leven kan toenemen en u uiteindelijk weer meer kwaliteit van leven geeft.