

# Decubitus en elektrostimulatie

## Afdeling dwarslaesie/orthopedie

Studies beschrijven dat 85% van de mensen met een dwarslaesie gedurende het leven decubitus krijgt.

### Wat is decubitus?

Decubitus is een beschadiging van de huid door langdurige druk. Rolstoelgebruikers hebben een verhoogd risico op decubitus. Het komt veel voor bij mensen met een dwarslaesie. Oorzaken zijn:

- Spieren op het zitvlak niet meer volledig of gedeeltelijk kunnen aanspannen
- Niet in staan zijn om (even) op te staan of te lopen
- Vaker langdurig zitten

Decubitus ontstaat meestal op de benige uitsteeksels, zoals de zitbeenknobbels (tubera ischiadica) of het staartbeen (sacrum).

### Wat is elektrostimulatie (ESTIM)?

Elektrostimulatie wordt toegepast op bil- en beenspieren. Deze spieren ontvangen door elektrische prikkels een impuls waardoor ze actief aanspannen. Dit wordt ook wel 'de spieren activeren' genoemd. Dit gebeurt met een apparaat met elektroden die op de spieren worden aangebracht. Elektrostimulatie is veilig, relatief eenvoudig aan te brengen en de kosten zijn laag.

### Voordelen elektrostimulatie voor decubituspreventie

Uit onderzoek blijkt dat elektrostimulatie een bijdrage kan leveren aan decubituspreventie bij mensen met een dwarslaesie. Het activeert verlamde spieren, waardoor:

- Spiervolume toeneemt
- Lokale zitdruk beter verspreid wordt
- Piekdoorbloeding ter plaatse verbetert

### Welke effecten kan elektrostimulatie nog meer hebben?

In De Hoogstraat wordt elektrostimulatie vooral toegepast voor decubituspreventie. De behandeling kan ook een positief effect hebben op bijvoorbeeld spasticiteit, lage bloeddruk, fysieke fitheid en mentale fitheid.

### Voor wie is elektrostimulatie?

Elektrostimulatie is voor iedereen die decubitus wil voorkomen en dit samen met het ESTIM-team van De Hoogstraat wil uitzoeken.

In sommige gevallen is elektrostimulatie niet mogelijk:

- Bij het dragen van een pacemaker
- Bij epilepsie
- Tijdens een zwangerschap
- Bij ernstige stoornissen van de bloedsomloop in de onderste ledematen
- Bij een buik-liesbreuk

Activatie van de bilspieren en achterbeenspieren met elektrostimulatie verlaagt weefseldruk met 34,5% ten opzichte van de gemeten druk zonder stimulatie. Het ontstaan van decubitus wordt voorkomen door langdurige positieve verandering in de gezondheid van het weefsel.

## ESTIM-traject in poliklinische revalidatiebehandeling

### Week 1

Het traject start met een intake van 60 minuten bij de fysiotherapeut. Tijdens dit intakegesprek wordt duidelijk of stimulatie met het apparaat geschikt is om de spieren te stimuleren. Zowel voor de verbetering van de doorbloeding als voor het vergroten van het spierweefsel.

### Week 2

Is de stimulatie geschikt, dan wordt in de week daarna een vervolgspraak van 60 minuten gepland om het effect van de intakebehandeling te bespreken. Indien de verwachtingen positief zijn, dan kan een volledig stimulatieprogramma worden toegepast.

### Week 3 t/m week 7

In de derde week volgt een afspraak van 30 minuten om vast te stellen in hoeverre iemand zelfstandig of met hulp de stimulatie thuis kan gaan toepassen. Hierna volgt thuis een oefenperiode voor het dagelijks stimuleren van de spieren met een uitleenapparaat van De Hoogstraat.

### Na 7 á 8 weken

In overleg wordt er na 7 á 8 weken een afspraak van 30 minuten ingepland om het beloop en vervolgtraject te bespreken.

Geeft de stimulatie bij de eerste intake en in eventuele vervolgsessies niet het gewenste effect? Of zijn er vragen over andere vormen van elektrostimulatie? Dan kan de fysiotherapeut contact opnemen met het ESTIM-team van Revalidatiecentrum Reade in Amsterdam om eventuele andere mogelijkheden te bespreken.

### Vergoeding van elektrostimulatie

Het uitleenapparaat moet na het oefentraject weer worden ingeleverd bij De Hoogstraat. Het apparaat (de Compex SP2.0) aanschaffen voor thuis kan via De Hoogstraat. Op dit moment wordt de noodzakelijke elektrostimulatieapparatuur nog niet (standaard) vergoed door de zorgverzekering. Wel adviseren wij om de aanvraag bij de zorgverzekering in te dienen en deze te ondersteunen met een begeleidende motivatiebrief. De Hoogstraat kan hierbij helpen, maar dat geeft geen garantie dat de zorgverzekering de aanvraag daadwerkelijk zal vergoeden.

### Aanmelden voor een traject

Aanmelden kan via de behandelend revalidatiearts of de transmuraal verpleegkundige van Revalidatiecentrum De Hoogstraat.



#### Meer informatie

- Bij Jessica van der Lede (fysiotherapie)
- J.v.d.lede@dehoogstraat.nl
- 030 256 1232
- [www.dehoogstraat.nl/volwassenen/behandeling-bij/dwarslaesie](http://www.dehoogstraat.nl/volwassenen/behandeling-bij/dwarslaesie)