

## Fenomeen van Raynaud

Patiënteninformatie Chirurgie

Fenomeen van Raynaud

### Inleiding

Het fenomeen van Raynaud is een aandoening die te maken heeft met de bloedtoevoer naar de handen en voeten. De bloedvaten in onze ledematen werken als een warmteregelaar. Bij het fenomeen van Raynaud is deze warmteregulerende werking verstoord. De bloedvaten in de vingers vernauwen zich sneller dan normaal waardoor er verkleuringen en vaatkrampen ontstaan.

Het fenomeen van Raynaud werd al in de 19e eeuw beschreven. Er is echter nog geen adequate behandeling gevonden.

### Primair of secundair Raynaud en de verschijnselen

Het Fenomeen van Raynaud komt in twee vormen voor:

#### Primair Raynaud

U bent gezond, maar uw bloedvaten zijn uitzonderlijk gevoelig voor prikkels. Door temperatuurverandering, vocht, trilling of emoties vernauwen zij zich. De vingers voelen dood en koud aan en zien wit van kleur. Later kleuren de vingers blauw door het gebrek aan zuurstof. Na verloop van tijd komt de bloedtoevoer weer op gang. De vingers gaan dan tintelen, kleuren rood, zwellen op en doen pijn.

De verschijnselen komen meestal aan beide handen tegelijk voor. Soms komen deze verschijnselen ook voor aan de tenen, oren of aan de neuspunt. De vernauwing van de bloedvaten kan vijf minuten tot een half uur duren. Daarna verdwijnen de verschijnselen vanzelf.

#### Secundair Raynaud

Bij secundair Raynaud lijken de klachten op primair Raynaud. De klachten treden vaak onder dezelfde omstandigheden op. De kleine haarvaten in de vingers/tenen hebben hierbij echter een blijvende afwijking door een onderliggende ziekte (bv. Reuma), medicijngebruik of door overbelasting (trillend gereedschap, pianospelen). Bij secundair Raynaud treden de verschijnselen vaak niet tegelijk aan beide handen of voeten op. Door de gestoorde bloedtoevoer genezen wondjes langzamer en vermindert de nagelgroei. Een kenmerk bij secundair Raynaud zijn zweertjes op de vingertoppen. Bij een ernstige vorm kan de top van een vinger of teen afsterven. Het is belangrijk om de onderliggende ziekte of oorzaak te behandelen.

### Diagnose Raynaud

Verkleuringen aan handen en voeten kunnen ook het gevolg zijn van andere aandoeningen.

Door nauwkeurig uitvragen van uw klachten moet hier meer duidelijkheid over komen. Aanvullend onderzoek kan hier ondersteunend in zijn. Bij het fenomeen van Raynaud is de bloedvoorziening in de armen over het algemeen normaal. Met behulp van een drukmeting kan dit worden vastgesteld. De druk in de vingers kan dan verlaagd zijn. Dit kan samenhangen met het wel of niet optreden van klachten tijdens het onderzoek.

Om vast te stellen om welke vorm van Raynaud het mogelijk gaat, wordt bloedonderzoek gedaan. Hieruit blijkt soms dat er sprake is van een onderliggende ziekte, zie secundair Raynaud.

### Behandeling

De medische zorg kent nog geen goede behandeling voor het primair Raynaudfenomeen.

Het hebben van het fenomeen van Raynaud is zeer vervelend en niet direct simpel op te lossen. Door uitgebreide uitleg van uw behandelend arts en een aangepaste levenswijze zullen de symptomen meestal verdraagzaam zijn. Helpt dit niet genoeg? Dan kunnen medicijnen mogelijk een oplossing bieden.

- Vaatverwijdende medicijnen (Nifedipine, Adalat®) tegen het verkrampen van de bloedvaten. Na een proefperiode zal blijken of dit middel de klachten vermindert. Het is mogelijk deze medicijnen alleen in bepaalde periodes van klachten in te nemen.
- Infuusbehandeling met Iloprostin (Iloprost®). Deze stof verwijdt de vaten en remt ontstekingen. Deze behandeling vindt altijd plaats tijdens een opname in het ziekenhuis. Zie folder iloprostbehandeling.

In zeer ernstige gevallen kan men overgaan tot het (tijdelijk) uitschakelen van de zenuw die naar de vingers of tenen loopt.

U kunt een droge huid en kloven verzorgen met een zalf of crème. Wondjes verzorgt u het beste door deze dagelijks uit te spoelen met lauw water. Dep de wond daarna droog en dek het af met een pleister of verband. Vraag eventueel advies aan uw huisarts of de wondconsulente van het ziekenhuis.

### Leven met Raynaud

U kunt de verschijnselen die optreden bij het fenomeen van Raynaud proberen te voorkomen:

- Vermijd temperatuurwisselingen, koude en tocht.
- Vermijd aanraking met koude voorwerpen of koud water.
- Houd bij koude uw lichaam en ledematen goed warm. Wollen of katoenen kleding neemt vocht op en ademt. Meerdere kledingstukken over elkaar dragen isoleert beter dan één dik kledingstuk.
- Draag tijdig handschoenen.
- Verzorg uw handen en voeten goed .
- Blijf in beweging. Dit verbetert de bloeddoodstroming van het lichaam.
- Rook niet. Door te roken komt de stof noradrenaline vrij. Deze stof laat de bloedvaten samentrekken. Daarnaast bevordert roken op den duur ook het dichtslippen van de slagaderen. Door het roken van één sigaret daalt de temperatuur van de armen en benen twee tot drie graden. Dit duurt zo'n twintig minuten. Na pas 24 uur is de temperatuur weer helemaal normaal.
- Probeer inwendige prikkels zoals emotie, angst, schrik, verrassing, verdriet, ergernis en opwinding tot een minimum te beperken. Tijdens sterke emoties komt adrenaline vrij, een stof die de bloedvaten doet samentrekken. Bij Raynaudpatiënten reageren de bloedvaten actiever op adrenaline. Daardoor vernauwen ze meer en treedt vaatkramp op.
- Vermijd overbelasting van de vingers.
- Bepaalde medicijnen niet te gebruiken (bètablokkers, Ergotamine). Het eventueel stoppen van deze medicijnen moet altijd in overleg met de arts die deze medicijnen heeft voorgeschreven.

## Vragen

Heeft u nog vragen? Stel ze gerust aan uw behandelend arts, physician assistant of vaatverpleegkundige.

Of neem contact op met polikliniek chirurgie.

## Contact

De polikliniek chirurgie is te bereiken tijdens kantooruren op telefoonnummer 088 - 70 67 368.

## Patiëntenvereniging

Bij de 'Harteraad' kunt u terecht voor meer informatie over fenomeen van Raynaud. U kunt met hen contact opnemen via [info@harteraad.nl](mailto:info@harteraad.nl)  
Meer informatie vindt u ook op <https://www.harteraad.nl/>