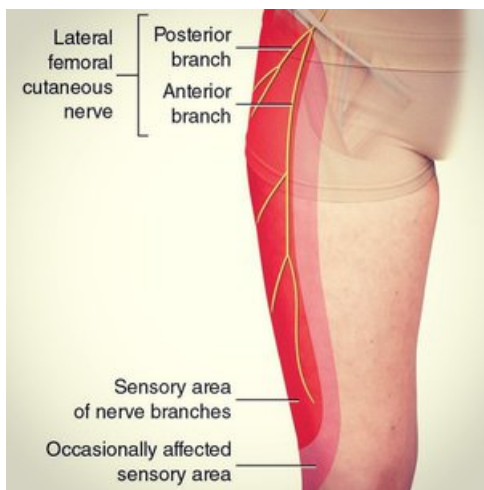


# NEUROLOGEN ALRIJNE

## MERALGIA PARESTHETICA

### Wat is het?

Meralgia paresthetica is een medische term voor een aandoening van een huidzenuw van het bovenbeen. Letterlijk betekent de term: pijnlijke tinteling van de zijkant van het bovenbeen. De aangetaste huidzenuw loopt onder vanuit het bekken, door de liesband naar de huid van de zijkant en buitenkant van het bovenbeen vanaf de lies tot de knie. In de lies loopt een band vanaf het schaambeentot de harde botknobbel aan de voorkant van de heup. Vlakbij die knobbel loopt de zenuw door de liesband.



*Beloop van de zenuw met in het rood gemarkeerde huidgebied de plaats van de klachten*

### Waar heb je last van?

De typische klacht is een dove, pijnlijke of tintelende plek aan de zijkant van het bovenbeen. De plek is ongeveer even groot als een handpalm. De pijn wordt vaak erger bij lang staan en liggen met gestrekt been. Buigen van het been in de knie en de heup kan de pijn verminderen.

### Wat is de oorzaak?

De oorzaak is gelegen in het verloop van de zenuw: deze maakt een scherpe haakse bocht door of over de liesband heen. Het verloop van de zenuw is niet bij iedereen gelijk, wat sommigen gevoeliger maakt voor beklemming. Bij dikke mensen kan de bolle buik door een andere stand van de liesband een kanteling van de zenuw veroorzaken. Soms dragen patiënten een te strakke

broek, of veel spullen in de broekzak, waardoor de zenuw bekneld kan raken. Een andere uitlokkende factor is bedlegerigheid, bv door een ziekte of na een operatie.

### **Hoe wordt de diagnose gesteld?**

De diagnose wordt gesteld door de combinatie van het verhaal van de patiënt en neurologisch onderzoek. Soms wordt een echo van de lies en/of een MRI van de lage rug gedaan om andere oorzaken te bekijken.

### **Wat kun je er aan doen?**

De klachten kunnen wel verminderd worden door aanpassing van de houding:

-kussen onder de knie, zodat met gebogen been kan worden geslapen,

-niet lang staan met gestrekt been.

Verder wordt geadviseerd af te vallen bij overgewicht en om te vermijden strakke kleding te vermijden.

Verder moet het beloop worden afgewacht; vaak treedt na verloop van tijd een spontane verbetering op.

Bij veel pijn is behandeling met medicijnen tegen neuropatische pijn mogelijk. Daarnaast kan een gecombineerde onderhuidse injectie met bijnierschorshormonen (corticosteroiden) en een pijnstiller (lidocaiïne) geprobeerd worden, eventueel herhaald na enige weken.

In hardnekkige gevallen, waarbij de klacht niet vanzelf minder wordt en langer dan 3 maanden duurt, wordt een enkele keer wel een neurochirurgische operatie toegepast met vrijlegging van de zenuw. Dit kan plaatsvinden in ons Zenuwcentrum, door onze gespecialiseerde neurochirurgen.

(Bron: Nederlandse Vereniging voor Neurologie)