

# Fantoompijn

**Na een amputatie kan er een bepaald gevoel of pijn ontstaan in het deel dat is verwijderd (= het fantoom). Dit wordt fantoompijn of fantoomgevoel genoemd. In deze folder leest u wat fantoompijn of -gevoel is en welke therapieën mogelijk zijn.**

## **Fantoompijn**

Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat patiënten na een amputatie fantoompijn kunnen ervaren. Fantoompijn is de pijn die u kunt voelen in het afwezige lichaamsdeel. Er zijn verschillende vormen van pijn:

- de pijn kan branderig aanvoelen
- de houding van het fantoom voelt dikwijls verkramp
- de pijn kan continu voelbaar zijn, met perioden of momenten van verergering. Soms worden er ook scheuten pijn gevoeld
- de eerste tijd na de operatie kan dezelfde pijn worden gevoeld als de pijn die er was voor de operatie. Dit is komt vooral voor wanneer de pijn al langere tijd aanwezig was
- na verloop van jaren wordt het fantoom voor het gevoel geleidelijk korter. Dit noemt men 'telescoop fenomeen'. Het fantoom schuift als het ware als een telescoop in elkaar

Verschiedende omstandigheden hebben invloed op de pijn, zoals spanningen, kou en vochtigheid.

Fantoompijn wisselt in sterkte en in uitingsvorm. Het is bekend dat de pijn erger wordt bij koud en nat weer. In de winter heeft men vaak meer last dan in de zomer. Hier is nog geen goede verklaring voor. Niet altijd is de term 'pijn' juist, u kunt ook een onaangenaam of eigenaardig gevoel ervaren.

## **Fantoomgevoel**

Bij fantoomgevoel wordt het geamputeerde lichaamsdeel gevoeld alsof het er nog is. Fantoomgevoel komt in de volgende vormen voor:

- het gevoel van aanwezigheid, de houding en de afmeting van het afwezige lichaamsdeel
  - de aanwezigheid: het gevoel dat het lichaamsdeel er nog gewoon is, zoals voorheen
  - de houding: het gevoel dat het lichaamsdeel in een bepaalde stand staat of ligt
  - de afmeting: het gevoel over de lengte, breedte en het bereik van het lichaamsdeel

- het gevoel dat het afwezige lichaamsdeel beweegt
- het gevoel van tintelingen, kriebelingen en de temperatuur van het afwezige lichaamsdeel

Normaal komen er vanuit de hersenen prikkels in een lichaamsdeel en geeft het lichaamsdeel een prikkel terug naar de hersenen. Hierdoor beseft je wat het lichaamsdeel voelt of doet. Bij fantoomgevoel zijn de hersenen nog niet gewend aan het missen van een lichaamsdeel. Er worden nog prikkels opgewekt die niet meer kunnen worden verwerkt in het afwezige lichaamsdeel. De terugkoppeling ontbreekt dus.

## **Oorzaak**

Fantoompijn is een complex pijnsyndroom waar meerdere oorzaken voor kunnen zijn. De hersenen spelen een belangrijke rol bij het voelen en maken ons door middel van zenuwen bewust van ons lichaam. De hersenen bepalen voortdurend in welke positie het lichaam zich bevindt en hoe ons lichaam beweegt.

Na een amputatie van bijvoorbeeld de voet krijgt het bij de voet behorende gebied in de hersenen geen prikkels/informatie meer van de zenuwen. Anders gezegd; na een amputatie is het voetgebied in het brein werkloos geworden en verveeld zich. Hierdoor beginnen de hersenzenuwen spontaan activiteit te vertonen. Dit geeft fantoompijn of fantoomgevoel.

## **Therapie**

Fantoompijn laat zich vaak moeilijk behandelen, de verschillende therapieën blijken niet altijd succesvol. Hieronder volgen enkele therapieën die zijn ontwikkeld om de pijn te verlichten of de symptomen te verminderen.

### *Medicatie*

Afhankelijk van de ernst van de klachten kan de arts medicijnen voorschrijven om de pijn te verminderen.

### *TENS behandeling*

Deze behandeling kan in overleg met de chirurg worden toegepast. Door middel van lichte elektrische stroomstootjes wordt voorkomen dat er pijnprikkels naar de hersenen gaan. Hiervoor plaatst men kleine elektroden op het lichaam.

### *Spiegeltherapie*

Bij spiegeltherapie wordt er gebruik gemaakt van de goede ledemaat. Door een spiegel dwars het lichaam te plaatsen, wordt et goede lichaamsdeel gespiegeld. Dit stimuleert en richt de hersenen op het goede lichaamsdeel waardoor er afname van pijn kan ontstaan. De therapie is, na uitleg van de werkwijze door de therapeut, thuis zelfstandig uit te voeren.

### *Compressietherapie*

- deze therapie voorkomt of verminderd oedeemvorming door het aanbrengen van een stompzwachtel
- compressietherapie levert nieuwe prikkels op waarmee de hersenen nieuwe ijkpunten kunnen vormen

## **Voor de omgeving**

Voor de mensen in uw omgeving is het vaak moeilijk voor te stellen hoe het voelt wanneer u pijn heeft in het geamputeerde lichaamsdeel. Het kan ongeloofwaardig overkomen wanneer pijn heeft in een deel dat er niet meer is.

Om uw familie en naasten uitleg te geven over (het ontstaan van) uw klachten, kunt u hen deze folder laten lezen.

## **Contact**

Heeft u behoefte aan contact met mensen waarbij ook een ledemaat is geamputeerd, neemt u dan contact op met de Landelijke vereniging voor Geamputeerden, het LVvG. [www.lvvg.nlof](http://www.lvvg.nlof) [www.beeneraf.nl](http://www.beeneraf.nl)