



Nekhernia (Cervicaal radiculair syndroom)

Wat is het?

Een hernia nucleii pulposi (HNP) van de nek noemen we ook wel een nekhernia. Dit is een uitstulping van een tussenwervelschijf in de nek. Deze beknelt meestal een zenuw die naar een arm loopt. Een nekhernia komt minder vaak voor dan een hernia in de onderrug.

Wat zijn de klachten?

De belangrijkste klacht is pijn vanuit de nek die uitstraalt naar de onderarm en hand. De pijn ontstaat in korte tijd, meestal zonder duidelijke oorzaak. De pijn is soms onverdraaglijk. Meestal verdwijnt de pijn in de loop van weken tot maanden en is er geen behandeling nodig. Naast de pijn kan u ook last hebben van tintelingen of een doof gevoel in uw arm, hand en vingers.

Wat is de oorzaak?

De oorzaak is meestal een uitpuilende tussenwervelschijf. Verder kan slijtage en verdikking van de gewrichten in de wervelkolom (facetartrose) zorgen dat de zenuw bekneld raakt. Vaak is het een combinatie van verschillende oorzaken.

Hoe wordt de diagnose gesteld?

De arts kan meestal op basis van uw klachten en de resultaten van lichamelijk onderzoek al een diagnose stellen. Met bepaalde tests bij het lichamelijk onderzoek kan de arts vaststellen dat er een zenuw bekneld zit. Om te bepalen welke zenuw bekneld zit, is de route van de uitstralende pijn in de arm belangrijk.

Een beknelling door bijvoorbeeld een hernia is te zien op een (MRI)-scan. Maar een scan is vaak niet nodig om vast te stellen dat er een beknelling is. Als u geopereerd wordt, is een scan wel noodzakelijk.

Welke behandeling is mogelijk?

In de meeste gevallen (ongeveer 70-80%) gaan de herniaklachten vanzelf over. Meestal is pijnstilling nodig om de eerste tijd de pijn een beetje te verlichten.

Heeft u nog maar kort een hernia? Dan kan een halfharde halskraag helpen om uw klachten te verminderen. De neuroloog schrijft deze kraag voor. U mag deze kraag 3 weken lang overdag dragen. Daarna moet u het gebruik afbouwen. U mag de kraag niet langer dan 6 weken dragen.

Omdat een hernia vaak vanzelf over gaat, is het belangrijk om niet te snel te opereren. Als de klachten lang duren en hevig zijn, kan er worden nagedacht over een operatie.