

Vragen en antwoorden Webinar patiënten richtlijn Lymfoedeem

Datum: 18 maart 2026

- 1. Kan je ook lymfoedeem hebben gekregen als gevolg van CVI/veneus oedeem?**
Bij langdurig bestaande stoornissen in de veneuze afvoer kan ook het lymfestelsel secundair worden aangetast.
- 2. Ik heb altijd geleerd dat hoog leggen niet werkt bij lymfoedeem. Alleen bij veneus oedeem.**
Alleen in de vroege fase (fase 1) kan elevatie het oedeem verminderen. In latere stadia (fase 2 en verder) neemt dit effect af, doordat het oedeem verandert van pitting naar non-pitting en er verharding en vervetting van het weefsel optreedt.
- 3. Is er een relatie tussen het functioneren van de schildklier en lymfoedeem?**
Er is geen duidelijke directe relatie bekend.
- 4. Waar moet je aan voldoen om een lymfescan te krijgen?**
Wanneer de diagnose onduidelijk is en aanvullend onderzoek nodig is, kan een arts een lymfescan aanvragen.
- 5. Hoe kan voeding effect hebben op lymfoedeem?**
Gezonde voeding is belangrijk bij lymfoedeem, omdat er bij (het ontstaan van) overgewicht een risico is op toename van lymfoedeem. Het behouden van een gezond gewicht, door middel van gezonde voeding, is belangrijk om toename van lymfoedeem te voorkomen. Daarnaast geeft ongezonde/bewerkte voeding verhoogde kans op chronische laaggradige ontstekingen in het lichaam, bij lymfoedeem zijn chronische laaggradige ontstekingen de aanjager van toename van lymfoedeem, we willen dus zoveel mogelijk deze laaggradige ontstekingen beperken (dat kan bijv ook door niet te roken, weinig alcohol te drinken, op te passen met te lange blootstelling aan zonlicht, eten van onbewerkte voeding etc.).
- 6. Is er een alternatief voor het zwachtelen? Na het zwachtelen is binnen 15 stappen de zwachtel al helemaal los (lymfoedeem aan het been)**
Bij een goed aangelegde zwachtel neemt het oedeem doorgaans af, vooral in de eerste (ontstuwings)fase). Dit is dan ook de eerste keus. In sommige gevallen kan er gekozen worden voor een klittenbandzwachtel biedt daarbij het voordeel van eenvoudige en snelle bijstelling. Ook kan een tweelaags zwachtelsysteem (plak zwachtel) bijdragen aan een effectief oedeemreductiebeleid. Deze zakken minder snel af. Zelf leren hoe je effectief een zwachtel aanlegt kan ook bijdragen aan het vergroten van de zelfregie.
- 7. Is manuele lymfdrainage door een therapeut levenslang nodig?**
Nee, dit wordt voor sommige patiënten kortdurend aanbevolen in de beginfase, maar niet meer als langdurige behandeling.

- 8. Is er een goede oplossing voor compressie aan het bovenbeen? Ook het klittenbandverband zakt af?**

Mogelijke oplossingen zijn een compressiebroekje eroverheen dragen of andere hulpmiddelen gebruiken, in overleg met de therapeut. Eventueel gebruik maken van een antislip band (die kan extra ingezet worden onder de klittenbandzwachtel, vraag je therapeut naar meer informatie)
- 9. En hoe kom je aan de compressiemiddelen?**

De leverancier van therapeutische elastische kousen kan meestal ook de compressiematerialen leveren. Ook oedeem-fysiotherapeuten of huidtherapeuten die zich hebben verdiept in compressie kunnen het leveren.
- 10. Helpt een klittenverband net zo goed als zwachtels?**

Ja, een klittenbandverband kan net zo effectief zijn en heeft als voordeel dat het eenvoudig aan te passen is, waardoor het gebruik vaak sneller en praktischer is.

Klittenbandzwachtels worden doorgaans pas ingezet wanneer behandeling met reguliere zwachtels onvoldoende resultaat heeft opgeleverd. Dit heeft te maken met het volgen van een stepped-care protocol, waarbij onderbouwd moet worden waarom een duurder hulpmiddel wordt ingezet.
- 11. Ik dacht dat de IPC voor het been ook niet meer wordt toegepast.**

Dit wordt nog wel toegepast, let op: alleen in aanvulling op de overige componenten van de behandeling van lymfoedeem, niet als op zichzelf staande behandeling. IPC wordt alleen toegepast als aanvulling op andere behandelcomponenten en niet als op zichzelf staande behandeling.
- 12. Ik krijg volgende week zwachtels maar mag ik klittenband vragen?**

Ja, maar dit wordt altijd samen met de therapeut bepaald op basis van wat het beste past bij jouw situatie. Zie ook vraag 10.
- 13. Ik draag een elastische armkous en heb veel last/huidirritatie aan de binnenkant van mijn elleboog. Is hier een oplossing voor?**

De elleboog is een kwetsbaar gebied. Het kan zinvol zijn om te informeren naar alternatieve merken waarbij de breistructuur ter hoogte van de elleboog anders is vormgegeven, of naar varianten vervaardigd uit een ander materiaal. Een armkous met een hoger katoenaandeel (bijvoorbeeld ongeveer 40%) wordt vaak als zachter en comfortabeler ervaren.

Bij aanhoudende klachten is het echter altijd aan te raden om terug te gaan naar de leverancier voor herbeoordeling en eventuele aanpassing van het hulpmiddel.

Extra concrete opties: satijnen voering binnenkant elleboog laten plaatsen of 'functionele' zone in de elleboog laten plaatsen (verkrijgbaar bij specifieke leverancier, vraag uw therapeut om meer informatie).
- 14. Hoe heten die klittenverband voor het onderbeen?**

Dit wordt een adjustable compression device (ACD) genoemd en verschillende merken leveren deze. Het is leverancier en client afhankelijk welke worden gebruikt. Vraag uw therapeut om meer informatie.

15. **Kun je zelf pelotten aanschaffen als de bandagist dit wel adviseert, maar niet wordt goedgekeurd door ziektekostenverzekering. Bandagist kan het artikel niet leveren buiten de verzekering om.**
Ja dat kan wel, maar dan zijn de kosten voor jezelf.
16. **Wat houdt een flexibele elleboog in?**
Dit is een afwerk-optie in een armkous, en wordt soms in de armkous gebreid als er meer comfort nodig is in het elleboog gebied, dit is leverbaar door een specifieke leverancier (vraag uw therapeut/aanmeter naar meer informatie en of dit ook bij uw merk wordt gedaan)
17. **Is er een oplossing voor compressie op het bovenbeen? Na 15 jaar een allergie opgelopen voor de bovenrand, klittenband zakt af, klasse 4**
Mogelijke oplossingen zijn een compressie broekje gaan dragen (evt een onderbeen kous en daarover een broekje tot de kuit) of andere hulpmiddelen gebruiken (bijv nachtcompressie), in overleg met de therapeut.
18. **Wat houdt FG-MLD in en wat is het verschil met MLD?**
FG-MLD (fluoroscopie-geleide manuele lymfedrainage) is een meer op maat gemaakte versie van gewone lymfedrainage, waarbij eerst gekeken wordt hoe het lymfesysteem bij jou precies werkt en loopt (architectuur) dmv een fluoroscopy (aanvullend onderzoek), zodat de massage gericht kan worden toegepast. MLD volgt de standaard route, terwijl bij FG-MLD dit dus persoonlijker en gericht wordt toegepast.
19. **Pijnlijke benen in de nacht (zomer) mag je dan een omgekeerde TEK kous aan?**
's Nachts liever geen TEK omdat je dan slaapt/ligt kan je daar last van hebben Er zijn speciale opties voor nachtcompressie, vraag je therapeut/aanmeter naar de opties.
20. **Mag je s'nachts compressie dragen?**
Dat kan, maar er zijn speciale nachtcompressie materialen nodig. Gewone compressie kan klachten geven tijdens het liggen.
21. **Wie geeft zo'n beweeg programma?**
Bij een fysiotherapeut of oedeemfysiotherapeut met ervaring in lymfoedeem.
22. **Is er een lijstje van hulpverleners die de psycho ondersteuning bij lymfe oedeem ook begrijpen ?**
Nee hier is geen lijstje van, je kan het beste vragen aan je behandeld oedeem/huid therapeut of huisarts of ze fijne samenwerkingen hebben in de regio waar je terecht kan met jouw hulpvraag.
23. **Wat mag je smeren onder je kous?**
De huidige materialen van de TEK zijn aanzienlijk veranderd ten opzichte van vroeger, waardoor het in principe mogelijk is om diverse huidproducten onder de kous te gebruiken. Wel is de ervaring dat zeer vette crèmes de kwaliteit en duurzaamheid van de kous negatief kunnen beïnvloeden. Het verdient daarom de voorkeur om een lotion of crème te gebruiken van een TEK fabrikant, zodat de veiligheid voor het materiaal gewaarborgd is.

24. **Waar kan ik een FG-MLD behandeling ondergaan?**
Voor zover bij ons bekend, wordt FG-MLD in Nederland beperkt toegepast en voornamelijk in gespecialiseerde (ziekenhuis)settings, mogelijk in België.
25. **Kan je zwemmen met een TEK?**
Ja, dat mag, maar het is niet nodig. De druk van water werkt al als natuurlijke compressie.
26. **Wat is een compressie box?**
Dit is een pakket met materialen (zoals zwachtels en polstermateriaal) om te zwachtelen.
27. **Gaat de vergoeding stoppen voor oedeemtherapie?**
Dit is ons niet bekend, maar vergoedingen kunnen per zorgverzekeraar verschillen.
28. **Ik merk dat huisartsen er weinig vanaf weten, doen jullie daar ook iets voor?**
Een van onze belangrijkste aandachtspunten is het vergroten van de bekendheid van deze aandoeningen. Hierbij ligt een specifieke focus op het verbeteren van de kennis en bewustwording onder huisartsen.
29. **Hoe zit het met de vergoeding uit de zorgverzekering**
Dit varieert sterk, afhankelijk van de zorgverzekering, de gebruikte producten en de gekozen behandeling. Het is daarom raadzaam om je goed te laten informeren door je zorgverlener.
30. **Het zoeken naar een goede handschoen is ook lastig. Tussen mijn duim en wijsvinger heb ik veel irritatie. Oplossing?**
Tegenwoordig bieden veel fabrikanten naadloze handschoenen aan, wat het draagcomfort doorgaans verbetert. Als een hoge compressie niet noodzakelijk is, kan ook worden overwogen om een dunnere handschoen te gebruiken. (Brandwondmateriaal)
Daarnaast kan het toepassen van een stukje scheurlinnen (ongeveer 4 × 4 cm) met een uitgeknipt rondje, geplaatst over de duim, bijdragen aan extra bescherming. Dit creëert een buffer tussen de kous en de huid en kan druk- of wrijvingsklachten verminderen.
31. **Waarom moet je na liposuctie altijd compressie blijven dragen?**
Omdat de oorzaak van lymfoedeem niet wordt weggenomen, alleen de symptomen.
32. **Waar kun je de patiënten richtlijn Lymfoedeem krijgen?**
Wanneer je donateur bent van NLNET, kun je deze gratis aanvragen. De richtlijn wordt vervolgens naar je huisadres gestuurd.