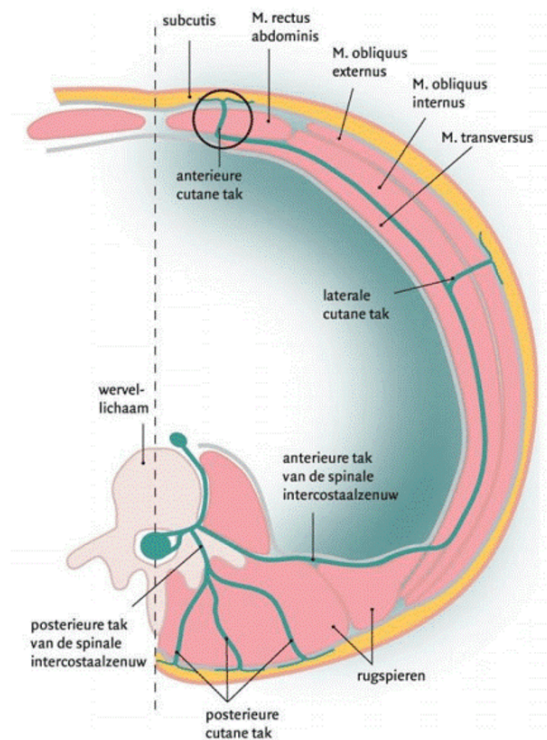


Maag-darm-leverziekten (MDL)
040 286 4892

Wat is ACNES?

In deze folders geven we je meer informatie over ACNES. Dat is de afkorting van de Engelse term Anterior Cutaneous Nerve Entrapment Syndrome. In het Nederlands noemen we dit ook wel het *buikwandpijnsyndroom*. Als je last hebt van ACNES, heb je pijn aan de buitenkant van je buik.

Die pijn ontstaat zo: in je buik lopen veel zenuwen. Sommige zenuwen lopen door tot je huid, dat noemen we de huidtakjes. Die zorgen ervoor dat je iets voelt als je je huid daar aanraakt. Om je huid te bereiken, moeten deze huidtakjes door de buikspier en de laag eromheen. Maar soms komen ze klem te zitten, en dat doet pijn.



Figuur 1

Bij ACNES heb je dus pijn door een beknelde zenuw in de buikwand. De meeste patiënten met ACNES hebben al langere tijd buikklachten. Sommige patiënten hebben weinig last, anderen meer. ACNES komt voor bij mensen van alle leeftijden. Dit probleem is niet erg bekend, ook niet bij dokters.

Hoe weet je of je ACNES hebt?

- De pijn kun je met 1 vinger aanwijzen
- De pijn wordt erger als je (veel) beweegt
- De pijn is dof, zeurend en soms stekend
- Sommige mensen hebben last van opboeren, misselijkheid of een opgeblazen gevoel
- Er zijn problemen met poepen en/of plassen

- Je houding veranderen helpt (een beetje)
- Kleding voelt vervelend

Wat is de oorzaak van ACNES?

Sommige patiënten krijgen ACNES na een operatie, zoals een blindedarmoperatie, een keizersnede of galblaasoperatie. Bij andere patiënten heeft het te maken met sportieve activiteiten, zoals buikspieroefeningen. Bij sommige vrouwen ontstaat de pijn tijdens een zwangerschap of direct na de bevalling. Maar bij meer dan de helft van de patiënten is er geen duidelijke oorzaak.

Hoe weet je of je ACNES hebt?

Omdat ACNES ook bij veel dokters niet zo bekend is, zijn er vaak al veel medische onderzoeken bij je gedaan. Bijvoorbeeld een scan of bloedonderzoek. Dokters denken vaak eerder aan problemen met bijvoorbeeld je maag of darmen. Maar als de dokter wel aan ACNES denkt, is het niet moeilijk om vast te stellen of je het hebt. Jouw verhaal over wat je voelt, samen met een lichamelijk onderzoek, is meestal genoeg.

Het lichamelijk onderzoek gaat meestal zo:

- De dokter, die gespecialiseerd is in buikproblemen, test het gevoel van je buikhuid. Bij veel patiënten met ACNES is er een gebied waar de buikhuid minder gevoelig of juist overgevoelig is.
- De plek die het meeste pijn doet, kun je met één vinger vinden. Wordt de pijn erger als je je buikspier aanspant, dan noemen we dat het symptoom van Carnett.
- De dokter doet een 'pinch-test' door voorzichtig in de buikhuid op de pijnlijke plaats te knijpen, om te kijken of je dit opvallend of erg vervelend vindt.

Hoe wordt ACNES behandeld?

Dat hangt af van hoe je je voelt. Voor sommige patiënten is het genoeg om te weten wat ze hebben. ACNES is namelijk niet gevaarlijk. Zij krijgen advies over hoe een andere lichaamshouding de klachten kan verminderen. Maar bij patiënten die veel last hebben van ACNES is vaak wel een behandeling nodig.

Verdooving

Als je veel pijn hebt, krijg je een prik met een verdovend middel (lidocaïne). Dat maakt bij veel mensen de pijn meteen veel minder. Meestal is de verdooving na een aantal uur uitgewerkt, maar sommigen hebben dagen tot zelfs weken na de prik nog minder pijn. Bij ongeveer 15 tot 20% van de patiënten blijft de pijn zelfs voor altijd weg.

Meer prikken

Als de pijn na 1 prik weer terugkomt, kun je er vaker een krijgen. Soms krijg je ook een ontstekingsremmer op basis van hormonen (corticosteroïden). Hierdoor wordt nog eens 10 tot 15% van de patiënten pijnvrij.

Andere behandelmogelijkheden

Wanneer deze prikken niet helpen, kan je dokter je doorsturen naar de ACNES-poli van het Máxima MC in Veldhoven. Hier hebben ze andere behandelmogelijkheden. Bijvoorbeeld:

- Een operatie
- Pulsed RadioFrequency (PRF)
- Transcutane elektrische zenuwstimulatie (TENS)

In enkele gevallen overlegt je dokter met jou over een andere vorm van pijnbestrijding, zoals medicijnen (gabapentine, pregabaline of amitriptyline), manuele en/of bindweefseltherapie.

Meer informatie?

Voor meer informatie over ACNES en de behandelmogelijkheden kijk op:

- www.mmc.nl/solvimax/aandoeningen-en-behandelingen/buikwandpijnsyndroom-acnes/

- www.stichtingacnes.nl
- <https://youtu.be/9v4sDxBSHGE>

Wil je deze informatie online bekijken ga dan naar
www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/mdl004-buikpijn-door-acnes-buikwandpijnsyndroom/
Of scan met je telefoon of tablet de QR-code.



MDL004
28-03-2025