

# Claudicatio Intermittens

(åreforsnævring i benene)



## Vil du vide mere

Sundhed og Træning  
Sydtoften 102  
7200 Grindsted

## Telefon

Tlf.: 7213 1669  
Man. til fre. kl. 08.00 - 10.00  
Man. til tors. kl. 12.00 - 13.00

Få flere oplysninger om tilbud på [www.billund.dk](http://www.billund.dk)

Marts 2021



Billund  
kommune



Billund  
kommune

## Claudicatio intermittens

CLAUDICATIO INTERMITTENS kaldes også vindueskiggersyndrom. Det er smerter i benene på grund af åreforsnævring. Når man har åreforsnævring kan man have behov for hyppige pauser på gåture på grund af smerter i benene.

SMERTERNE FOREKOMMER ofte i læggen, men kan også være længere oppe i benet. Smerterne opstår fordi, der på grund af åreforsnævring, er nedsat blodforsyning og derved iltmangel til musklerne.

BEHANDLINGEN af claudicatio intermittens er gangtræning, hvor gangen forceres ud over smertedebut efterfulgt af hvile til smerterne er forsvundet, hvorefter gangtræningen igen genoptages. På den måde kan man danne nye kar og bedre blodforsyningen til de muskler, der giver smerter under gang, man laver sin egen bypass. Der er ingen risiko forbundet med gangtræningen, tværtimod vil man opleve bedre kondition og øget udholdenhed, som en gavnlig effekt af den fysiske træning.

Behandlingen sigter ligeledes mod ryggestop idet rygning er den vigtigste årsag til åreforkalkning.

## Hvem kan modtage superviseret gangtræning?

- Du har fået konstateret åreforsnævring (Claudicatio intermittens)
- Du er bosiddende i Billund Kommune

## Vi tilbyder:

- Afklarende samtale hos en fysioterapeut, hvor I sammen vurderer om tilbuddet er det rigtige for dig samt sætter mål for forløbet.
- Gangtræning 3 gange om ugen i 12 uger

Du kan blive henvist af egen læge eller med genoptræningsplan fra sygehus.

Træningen foregår ved Sundhed og Træning på Sydtoften 102, 7200 Grindsted

