

# Wat is fantoompijn?

## Pijn aan een lichaamsdeel dat er niet meer is

**Een geamputeerd been hoef je niet meer te scheren. Maar het kan nog wel pijn doen of jeuken. Met een spiegel is deze fantoompijn makkelijk te bestrijden.**

Na een amputatie volgt nog een heel andere sensatie: een brandend, tintelend of stekend gevoel in het lichaamsdeel dat je niet meer hebt: fantoompijn. En die is heel frustrerend, want hoe kun je nou krabben aan een vinger die er niet meer is?

Fantoompijn zou te maken kunnen hebben met je zenuwen die bij de amputatie zijn doorgesneden, maar toch nog steeds prikkels doorgeven aan je hersenen. Anderen leggen de oorzaak juist bij die hersenen: als je een ledemaat kwijtraakt, wordt het bijbehorende deel van je grijze massa werkloos. Die hersencellen willen wel blijven meedoen, en dat vertaalt zich in fantoompijn. Een derde verklaring vinden we in ons pijngeheugen. Daar zijn allerlei pijnbelevingen in opgeslagen, die ook na de amputatie af en toe de kop opsteken. En dan is je pijngeheugen niet echt een fijn geheugen.

Die rare fantoompijn wordt tegenwoordig behandeld met een heel gewone spiegel. Door de hand die je nog wél hebt voor de spiegel heen en weer te bewegen, gaan je hersens denken dat je andere hand er ook weer is. Handig hoor. Spiegeltje, spiegeltje aan de wand, opeens voel je niks meer van je geamputeerde hand..