

PATIËNTEN INFORMATIE

Behandeling en nazorg bij een breuk in middenhand

Boxer fractuur

**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



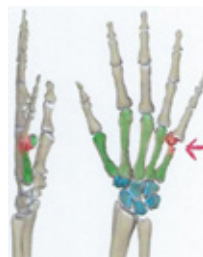
Met deze folder wil het Maasstad Ziekenhuis u informeren over de behandeling en de nazorg bij een breuk in uw middenhand (boxer fractuur). Het is belangrijk dat u deze informatie goed doorleest. Het kan zijn dat niet alles in de folder zo gaat als staat beschreven. Dit hangt af van uw persoonlijke situatie.

De breuk

Een hand is opgebouwd uit verschillende onderdelen: te beginnen met de pols, de handwortelbeentjes, de middenhandsbeentjes en daarna de vingers.

De breuk in uw middenhand ontstaat vaak doordat u bent gevallen op uw hand of door een harde klap, vandaar dat het ook wel de 'boxer fractuur' wordt genoemd.

Bij een 'boxer fractuur' breekt het uiteinde van het middenhandsbeentje van de pink. Bij het breken van het middenhandsbeentje kunnen de botten op elkaar blijven staan. Maar het kan ook zijn dat de botten gaan verplaatsen zoals te zien is op de afbeelding hieronder



Behandeling

Afhankelijk van wat voor soort breuk u heeft, bepaalt uw arts wat voor behandeling er nodig is. Veel breuken in de hand of vingers behandelen we zonder operatie. Sommige breuken in de vingers behandelen we met drukverband of een vorm van tape. Maar de meeste breuken in de hand of vingers behandelen we met gips.

Afhankelijk van waar de breuk zit en de stand van de breuk, bepaalt uw arts hoelang de behandeling duurt. Bij vingers is dit vaak vrij kort. Bij een boxer fractuur is dit ongeveer 3 tot 4 weken.

Operatie

Bij een ernstige breuk met bijvoorbeeld verschoven botten kan uw arts voor een operatie kiezen. Dit omdat een operatie dan een sneller en beter resultaat oplevert. Voordat uw arts de beslissing maakt om te opereren, wordt dit altijd met u besproken. Het kan zijn dat u na de operatie alsnog in het gips moet.

Waar moet ik thuis aan denken

U gaat naar huis met een draagdoek (mitella). De draagdoek zorgt er voor dat uw hand rust krijgt en u de hand omhoog houdt om zwelling te voorkomen. De draagdoek mag u 's nachts af doen. U kunt de hand dan op een kussen leggen. Na de behandeling krijgt u advies mee met betrekking tot pijnstilling

De dag na uw behandeling wordt er contact met u opgenomen om een vervolgspraak te maken. Deze afspraak is op de gipskamer of op de polikliniek.

Ik ben uit het gips, en nu?

Als u de vingers en de hand tijdelijk niet of niet goed heeft kunnen bewegen, kunnen deze snel stijf worden. U kunt dan het beste zo snel mogelijk weer de gewone bewegingen hervatten. De stijfheid kan soms wel tot maanden na de behandeling aanhouden, ook al doet u veel oefeningen. Soms kunt u hiervoor naar een fysiotherapeut of specifieke handtherapeut gaan om onder begeleiding verder te gaan met oefenen.

Oefeningen voor thuis

Om goed te herstellen is het belangrijker om minimaal 3 keer per dag onderstaande oefeningen uit te voeren. Dit helpt u om zo snel mogelijk weer een goed functionerende hand te krijgen. In het begin kan bewegen pijnlijk zijn. Als de oefeningen erg pijnlijk zijn, mag u een pijnstillert innemen. Het is belangrijk dat u ondanks de pijn wel de oefeningen doet.

Naast de oefeningen in deze folder, is de allerbelangrijkste oefening: de hand weer zoveel mogelijk te gebruiken tijdens uw dagelijkse handelingen.

Het bewegen in een bak met lauwwarm water is aan te raden. Bijvoorbeeld afwassen met de hand is een goede oefening.

Warming up

1. Streck de arm, maak een vuist of strek de vingers en beweeg de pols van door rondjes te draaien.

Duur: 10 keer

Rust daarna: 10 seconden

Herhaal: 1 keer



Oefeningen

2. Maak een stevige vuist en strek de vingers zo ver mogelijk. Spreid tijdens het strekken ook de vingers uit elkaar

Duur: 10 keer

Rust daarna: 10 seconden

Herhaal: 1 keer, eventueel met hulp van de andere hand om de vingers helemaal te strekken

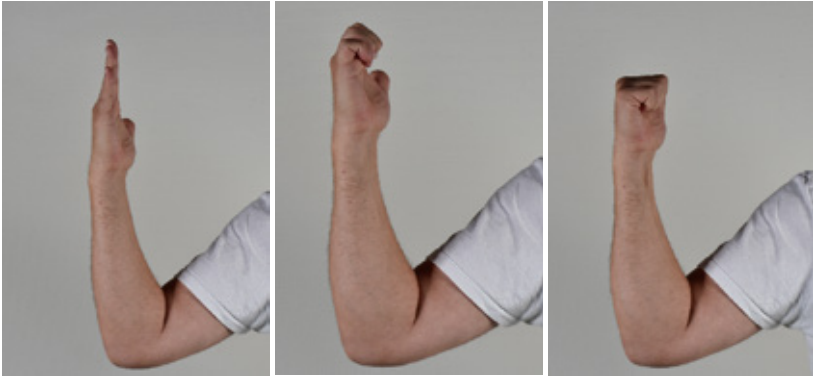


3. Streck alle vingers zo ver mogelijk en buig daarna de bovenste 2 kootjes van uw vingers zo ver mogelijk. Maak vervolgens een vuist en knijp deze stevig dicht. Probeer daarna de vingers weer te strekken. Als dit niet in 1 keer lukt mag u de andere hand gebruiken om te helpen. Het doel van de oefening is om weer een volledige strek- en buigfunctie van de vinger te krijgen

Duur: 10 keer

Rust daarna: 10 seconden

Herhaal: 3 keer



Mocht het u niet lukken de oefeningen zelfstandig uit te voeren, dan kunt u in overleg met uw arts dit samen met een fysiotherapeut doen.

Vragen

Heeft u nog vragen? Stel deze gerust aan uw behandelend arts of gipsverbandmeester. Bij dringende vragen of problemen over uw behandeling kunt u contact opnemen met de Gipskamer.

De Gipskamer is van maandag tot en met vrijdag telefonisch bereikbaar tussen 09.00 uur en 17.00 uur via (010) 291 36 19.

Vanaf 17.00 uur en in het weekend en op feestdagen is de Gipskamer gesloten en kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp via (010) 291 36 10.



De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية،
إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis
Maasstadweg 21
3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: www.maasstadziekenhuis.nl / www.maasnik.nl (kinderwebsite)

I: www.maasstadziekenhuis.nl/mijn (patiëntenportaal)

