

PATIËNTEN
INFORMATIE

Clavicula fractuur

Sleutelbeenbreuk

**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

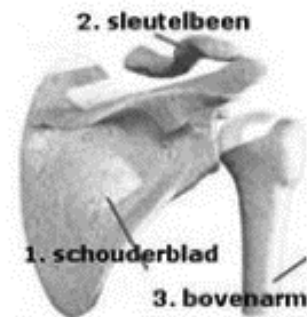
een santeon ziekenhuis



Deze folder geeft u informatie over de behandeling van een sleutelbeenbreuk, ook wel claviculafractuur genoemd. Lees deze folder goed en volg de aanwijzingen op. Eventuele vragen over de folder kunt u stellen bij uw volgende polikliniekbezoek.

Spoedeisende hulp

De arts heeft bij u op de Spoedeisende Hulp de diagnose sleutelbeenbreuk gesteld.



De eerste week

U krijgt een sling aangemeten waarbij het belangrijk is dat uw hand hoger hangt dan uw elleboog. Dit voorkomt dat uw arm en hand dik worden, wat de genezing kan tegenhouden en voor ongemak kan zorgen.

We adviseren om rustig aan te doen met uw arm, maar het is wel belangrijk dat u uw hand, pols en elleboog beweegt. Maak regelmatig een vuist en strek regelmatig uw vingers. Daarnaast is het belangrijk dat u ongeveer 5-6 keer per dag uw arm uit de sling haalt en uw elleboog strekt en buigt. Dit verbetert de doorbloeding, vermindert zwelling en voorkomt stijfheid in de gewrichten.

Controle

Ongeveer 1 week na uw bezoek aan de Spoedeisende Hulp krijgt u een polikliniekafspraak bij de traumachirurg. Deze arts spreekt een behandeltraject met u af. Dit kan een behandeling zonder operatie zijn (conservatieve behandeling) of er wordt een operatie geadviseerd. Bij deze laatste optie informeert de traumachirurg u over de procedure.

Behandeling zonder operatie (Conservatieve behandeling)

- De behandeling bestaat uit het doen van oefeningen en/of een behandeling met kinesiotope (zie folder [Behandeling met kinesiotope](#)).
- Vanaf de 2e week mag u een serie oefeningen doen afhankelijk van de klachten. Deze oefeningen staan verderop in deze folder vermeld.
- Vanaf de 2e week mag u het dragen van de sling ook afbouwen, probeer binnen 3 weken na het trauma de sling niet meer te dragen. Het afbouwen van de sling kunt u doen door bijvoorbeeld thuis de sling vaker af te doen en uw hand en arm te gaan gebruiken bij uw dagelijkse werkzaamheden. Pas daarbij wel op dat u de arm niet overbelast, blijf bewegen binnen de pijngrens.

Operatieve behandeling

Na uw operatie mag u bewegen afhankelijk van de klachten. U mag de arm alleen niet belasten. Tot uw 1e vervolgspraak mag u de volgende oefeningen doen, behalve als uw arts een ander advies heeft gegeven:

Oefeningen

1. Haal uw arm uit de sling en laat hem naar beneden hangen, buig voorover en laat de arm slingeren (pendelen) binnen de pijngrens.



2. Sta rechtop en til uw arm een aantal keer gestrekt op, zowel naar voren als opzij. Let hierbij op dat u uw schouder niet omhoog trekt. Dit laatste kunt u controleren door u niet aangedane hand op uw aangedane schouder te leggen. Doe deze oefening totdat de arm moe wordt, 3 - 5 keer per dag. Als u merkt dat de pijn toeneemt of verandert in scherpe pijn, moet u minder oefenen of even niet oefenen. Uw elleboog mag niet boven schouderniveau komen.
3. Blijf regelmatig uw hand, pols en elleboog bewegen.
4. **De eerste 3 weken na het trauma mag uw elleboog niet boven uw schouder uitkomen.**

Vervolgafspraken

- In de 12 weken na het ongeval krijgt u een aantal vervolgafspraken bij de traumachirurg, eventueel in combinatie met een röntgenfoto gemaakt op de afdeling Radiologie. Dit laatste gaat op aanwijzing van de arts.
- U mag in deze periode afhankelijk van de klachten de oefeningen steeds verder uitbreiden en steeds meer handelingen doen met uw arm. Als het nodig is wordt er geadviseerd gebruik te maken van een fysiotherapeut. U krijgt een verwijzing van de arts.
- Het plaatmateriaal wat bij een operatie gebruikt is, wordt na genezing alleen verwijderd als er klachten op langere termijn zijn.

Voor vragen of informatie

Als u nog vragen heeft, dan kunt u contact opnemen met de Gipskamer of de Spoedeisende Hulp. U kunt de Gipskamer van maandag tot en met vrijdag tussen 08.00-12.00 uur en tussen 13.00-17.00 uur bereiken via (010) 291 36 19.

Vanaf 17.00 uur, in het weekend en op feestdagen is de Gipskamer gesloten en kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp via (010) 291 35 99.



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)

