

# PATIËNTEN INFORMATIE

## Volair plaatletsel

**MAASSTAD  
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis

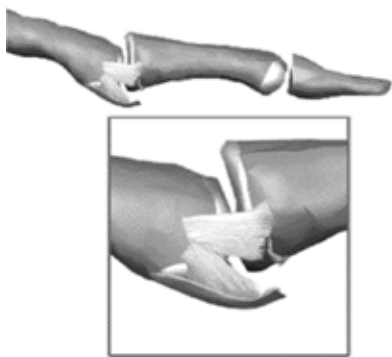


U heeft een volair plaatletsel van uw vinger waarvoor u een vingerspalkje krijgt. In deze folder geven wij informatie en adviezen over de werking en het gebruik van het spalkje.

Aan de onderzijde van de vinger lopen de buigpezen. Ter hoogte van de vingergewrichten worden deze pezen onder peesplaten geleid. Deze peesplaat wordt een volaire plaat genoemd.

### **Ontstaan van het letsel**

Door een ongeval is uw vinger achterover geslagen. Vaak gebeurt dit tijdens een (bal)sport. Door het achterover slaan van uw vinger scheurt de peesplaat aan de onderzijde van uw vinger waardoor het gewricht instabiel wordt. Op een röntgenfoto is soms een klein afgescheurd botfragmentje te zien.



### **Vingerspalk/extensie beperkende spalk**

Nadat u 1 week een rustgipsspalk heeft gehad (waarbij uw vingers iets zijn gebogen), of de vingers aan elkaar getapet (buddy tape) komt u op de Gipskamer voor een extensie beperkende vingerspalk (deze beperkt het overstrekken van de vinger).

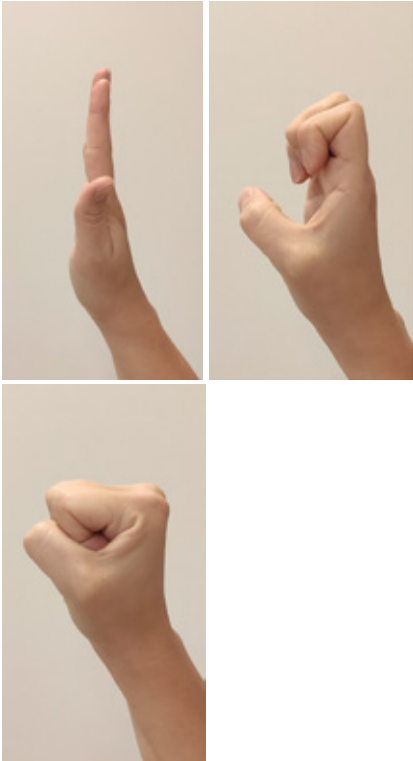
De vingerspalk zorgt ervoor dat u de vinger wel kan buigen maar niet kan overstrekken, wat vaak tijdens het trauma is gebeurd. Door het overstrekken van uw vinger komt er spanning op de volaire plaat waardoor deze weer kan scheuren. Het buigen van de vinger in de spalk voorkomt het verklevan van de buigpees. De spalk moet u ca. 4 weken dag en nacht dragen. Na deze periode komt u voor controle op de Gipskamer bij de arts.



### **Oefeningen/leefregels**

Wat erg goed is voor het herstel van uw vinger is dat u de vinger gaat buigen. Wanneer u de vingerspalk krijgt aangemeten start u met de oefeningen. Het is belangrijk dat u iedere dag, ieder uur 20 keer onderstaande oefeningen uitvoert. Dit gaat in het begin moeizaam, maar u merkt dat dit snel soepeler

gaat. U mag de vinger buigen met behulp van uw andere hand.



Dagelijkse lichte activiteiten (aankleden, eten bereiden, typen, etc.) welke u met de spalk kunt uitvoeren mag u blijven uitvoeren. De eerste weken na het trauma is de vinger erg stijf, iedere week hoort deze stijfheid af te nemen. In principe kunt u 8 weken na het trauma alle zware werkzaamheden hervatten (zware tas tillen, tuinieren, balsporten, etc.).

### **Onderhoud spalk**

De spalk wordt gemaakt van thermoplast. Dit materiaal wordt onder invloed van warmte zacht.

Leg de spalk daarom niet op een warme plaats, bijvoorbeeld in de zon of op een verwarming. De spalk is met koud water te reinigen.

De gipsverbandmeester of arts spreekt met u af of u de spalk af mag doen. Wanneer u de spalk af mag doen en weer opnieuw aan uw vinger bevestigd is het belangrijk dat u de tape waarmee u de spalk bevestigd niet over uw vingergewrichten plakt, zodat de vingergewrichten vrij zijn van tape en makkelijk kunnen worden bewogen.

### **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 t/m 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 بمصنوع شخص مآه الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه أو يشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis  
Maasstadweg 21  
3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: [www.maasstadziekenhuis.nl](http://www.maasstadziekenhuis.nl)

I: [www.maasenik.nl](http://www.maasenik.nl) (kinderwebsite)

I: [www.maasstadziekenhuis.nl/mijn](http://www.maasstadziekenhuis.nl/mijn) (patiëntenportaal)

