

Tips voor thuis

- Om verstijving van de schouder te voorkomen, maakt u zodra het mogelijk is pendelbewegingen met uw arm. Alles wat u kan doen zonder pijn te veroorzaken, is toegestaan.
- Na 4 tot 6 weken moet u uw arm terug goed boven uw hoofd kunnen bewegen. Als dat niet lukt, neemt u best contact op met uw huisarts of behandelende arts. Hij kan dan beoordelen of fysiotherapie nodig is.
- Na een 6-tal weken is de breuk meestal genezen zodat u de meeste activiteiten terug kan uitvoeren. Zware lichamelijke arbeid waarbij u de schouder belast, moet u nog enkele weken langer uitstellen. Met sporten wacht u best tot de volledige schoudersterkte is teruggekeerd.
- Als onderdeel van het genezingsproces ontwikkelt zich een grote zwelling. De zwelling verdwijnt meestal na een tijdje hoewel een kleine zwelling langer kan blijven.

Hebt u nog vragen? Stel ze voor uw vertrek gerust aan uw de behandelende arts of een verpleegkundige van de dienst spoedopname.

Hebt u nadien nog bijkomende vragen, contacteer dan uw huisarts. Hij kan samen met u de situatie evalueren en zo nodig een thuisverpleegkundige, gespecialiseerde arts ... contacteren.

Wij wensen u een spoedig en volledig herstel toe.

Nuttige telefoonnummers

dienst spoedopname
campus kennedylaan
t. 056 63 61 60
Route D030

Pres. Kennedylaan 4
8500 Kortrijk

Patiënten van de dienst spoedopname kunnen parkeren op een aantal voorbehouden plaatsen dicht bij de ingang spoedopname.

Verpleegeenheid 12
t. 056 63 24 30
campus kennedylaan - route E221
President Kennedylaan 4
8500 Kortrijk



vzw az groeninge
zetel: Pres. Kennedylaan 4 | 8500 Kortrijk
t. 056 63 63 63 | f. 056 63 63 69 | www.azgroeninge.be
vu: Inge Buyse, Pres. Kennedylaan 4 | 8500 Kortrijk
doc50727 - maart 2017



sleutelbeenbreuk

Beste patiënt

U kwam langs op de dienst spoedopname voor een sleutelbeenletsel. Met deze brochure geven we u graag wat algemene informatie over het letsel dat u opliep. We zetten een aantal nuttige tips op een rijtje die u thuis rustig kan doornemen.

Let wel: de behandeling en het advies van uw behandelende arts kunnen in specifieke gevallen afwijken van de inhoud van deze folder. Volg in dat geval steeds de instructies van de arts!

Wat is het sleutelbeen?

Het sleutelbeen (clavicula) is een rond bot dat het schouderblad verbindt met het borstbeen. Aan beide uiteinden zit een gewricht met een kraakbeenschijfje (een zogenaamde meniscus). Alle bloedvaten en zenuwen naar de arm lopen onder het midden van het sleutelbeen door.

Hoe ontstaat een sleutelbeenbreuk?

Een sleutelbeenbreuk treedt op door een val op de schouder of een directe klap. De kracht van de val wordt via het schouderblad overgebracht op het sleutelbeen. Aangezien het sleutelbeen pas volledig is uitgehard op de leeftijd van 20 jaar, zien we sleutelbeenbreuken vooral bij kinderen. Maar ook bij atleten en sportbeoefenaars treedt het letsel vaker op.



Tekenen van een breuk

- De schouder hangt af (naar beneden en naar voren).
- U heeft pijn en kan uw arm hierdoor niet optillen.
- Ter hoogte van de breuk kunnen een zwelling en een bloeding zichtbaar zijn.
- Hoewel de huid vrijwel nooit doorboord wordt, kan een stuk bot wel tegen de huid aandrukken en zo een uitsteeksel veroorzaken.

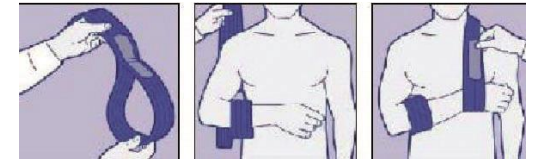
Behandeling

Sleutelbeenbreuken genezen meestal prima. Afhankelijk van het type breuk zijn verschillende behandelingen mogelijk.

- **8-verband**
Een 8-verband fixeert de positie van het sleutelbeen en vermindert zo de pijn.



Het verband wordt voor uw comfort meestal gecombineerd met een draagdoek.



Vaak schrijven we naast het verband ontstekingsremmende en pijnstillende medicatie voor.

Tijdens het douchen/baden kan u het verband afdoen. Als u het verband terug aanlegt, moet u beide schouders goed naar achteren trekken voor u het verband aanspant.

Meestal moet u het verband 3 tot 5 weken dragen.

- **Operatieve behandeling**
Soms is een operatieve ingreep noodzakelijk. We bespreken de datum van de ingreep en alle preoperatieve afspraken met u persoonlijk.