

Gebroken pols bij volwassenaen

Inleiding

Deze folder geeft u informatie over de behandeling van de polsbreuk. Een polsbreuk is een van de meest voorkomende botbreuken. Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.

De pols

De pols is het gewricht dat wordt gevormd door de handwortelbeentjes in de hand en de twee onderarmbotten, het spaakbeen en de ellepijp.

De breuk

Bij een polsbreuk is er een breuk van het spaakbeen, ellepijp of beide botten nabij de pols. Soms betreft het alleen een scheurtje in het bot, maar vaak is er verplaatsing van de botstukken. Behalve een letsel van het bot is er ook altijd letsel van de zogeheten weke delen, zoals pezen, spieren en eventueel vaten en zenuwen.

Behandeling

Indien er geen belangrijke verplaatsing van de botstukken is, dan wordt alleen een gipsspalk aangelegd. Indien de botstukken te veel verplaatst zijn, dan moet het bot worden 'gezet' (teruggeplaatst). Dit gebeurt meestal onder plaatselijke verdoving door in het gebied van de breuk verdovingsvloeistof te spuiten. Deze verdoving werkt ongeveer een uur. Na het zetten van het bot wordt een gipsspalk aangelegd en wordt een röntgenfoto gemaakt om te controleren of de juiste stand is bereikt. Als een juiste stand niet wordt bereikt kan soms een operatie nodig zijn. Voor meer informatie, zie de folder 'Behandeling van fracturen'.

Na de behandeling

U gaat naar huis met een draagdoek (mitella), zodat de arm rust krijgt. Deze draagdoek kan 's nachts af en om uw arm dan rust te geven, kunt u deze op een kussen leggen. U krijgt een recept mee voor een pijnstiller.

Let op: wanneer u bloedverdünnende medicijnen gebruikt, moet u dit aan de arts melden, zodat deze bij het voorschrijven van een pijnstiller hier rekening mee kan houden!

De volgende dag moet u minder pijn hebben. Als de voorgeschreven pijnstilling niet voldoende is, of als u na drie dagen nog steeds niet zonder kunt, wordt u verzocht contact op te nemen; tijdens kantooruren met de polikliniek van de chirurgen, buiten kantooruren met de Spoedeisende hulp. U krijgt een afspraak voor controle op de polikliniek van de chirurgen. Vaak wordt bij deze eerste controle een röntgenfoto gemaakt en krijgt u een nieuw/extra gips aangelegd.

Hoeveel weken gips

Dit is afhankelijk van het soort breuk en varieert van drie tot zes weken.

Verdere adviezen

Het is niet zo dat de hand en vingers stijf worden als u deze tijdens de periode in gips niet beweegt. Bewegen is goed, maar het belangrijkste is dat u geen pijn heeft. Als het u geen pijn veroorzaakt mag u met de vingers en de hand doen wat het gips toelaat. Als u bemerkt dat de draagdoek niet meer nodig is en uw hand is niet dik meer, hoeft u deze niet meer te gebruiken. Dit is vaak al na één of twee weken het geval. Het is goed de elleboog en de schouder voldoende in beweging te houden. Echter ook hierbij geldt: het mag u geen pijn veroorzaken. Voor meer informatie, zie de folder 'Gips of kunststofverband'.

Mogelijke complicaties

Er bestaat een kans dat de botstukken na enkele dagen alsnog of opnieuw verplaatsen, of dat bij de volgende poliklinische controle blijkt dat de breuk niet meer goed staat. In die gevallen moet de pols opnieuw gezet worden, of is een operatieve behandeling nodig. Verder is er kans op het ontstaan van een Posttraumatische Dystrofie (voor meer informatie zie de folder 'Posttraumatische Dystrofie'). Dit is een ziektebeeld dat gepaard gaat met pijn, zwelling en verkleuring van de hand en vingers. Het is van belang dat een aangepaste behandeling snel wordt gestart als dit probleem lijkt te ontstaan. Dus: als u denkt dat het niet beter gaat maar juist slechter, neem dan contact op met het ziekenhuis of de behandelend arts.

Preventie

Om het risico op Posttraumatische Dystrofie (complex regionaal pijnsyndroom type 1) te verkleinen, wordt vitamine C, 500 mg per dag, voorgeschreven.

Wat u verder nog moet weten

U moet er rekening mee houden dat u zeker meer dan zes weken nodig heeft, voordat u de pols weer redelijk goed kunt gebruiken. Volledig normaal en pijnvrij gebruik van de pols zal meestal pas na drie maanden worden bereikt. Soms kan na de gipsbehandeling hulp van een fysiotherapeut nodig zijn.

Tot slot

Heeft u na het lezen van de folder nog vragen, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek van de chirurgen.

Telefoonnummers en adressen

Polikliniek Chirurgen

Locatie Deurne

T: 0493 – 32 89 21

Locatie Helmond

T: 0492 – 59 59 61

Spoedeisende hulp

T: 0492 – 59 55 71

Locatie Helmond

Wesselmanlaan 25

5707 HA Helmond

T: 0492 – 59 55 55

Locatie Deurne

Dunantweg 16

5751 CB Deurne

T: 0493 – 32 88 88

Locatie Gemert

Julianastraat 2

5421 DB Gemert

T: 0492 – 59 55 55

