

Radiuskop of radiushals fractuur

Spoedeisende Hulp | Gipskamer

Algemene informatie met betrekking tot Virtual Fracture Care (VFC)

Het letsel van u komt in aanmerking voor behandeling middels Virtual Fracture Care. Dit betekent dat u een letsel heeft dat vrijwel altijd geneest door de gegeven behandeling welke staat beschreven in deze folder en in de VFC app. Virtual Fracture Care kent zijn oorsprong in Glasgow en heeft het doel de behandeling van patiënten met botbreuken te optimaliseren. Uit studies blijkt dat patiënten met deze specifieke letsels een gunstige behandeluitkomst hebben met vroegtijdige mobilisatie zonder standaard poliklinische en radiologische controle.

Op de gipskamer of op de Spoedeisende Hulp krijgt u uitleg over het letsel en het te verwachten herstel. Dit en meer informatie zoals oefeningen kunt u lezen in deze folder en in de VFC app. De VFC app is te downloaden via de aangereikte QR Code tijdens uw behandeling of via de App Store. Kies in de VFC app voor de juiste letsel informatie: Folders - Elleboog – Gebroken radiuskop of radiushals.

Er wordt geen standaard controle afspraak gemaakt, maar voor vragen of een afwijkend beloop is een telefoonnummer beschikbaar welke u vindt onder belangrijke contactgegevens in deze folder en in de VFC app.

Radiuskop fractuur

U heeft een kleine breuk van de radiuskop of radiushals. Dit zit in uw spaakbeen ter hoogte van de elleboog. We behandelen deze breuk met een drukverband of een dubbele tubigrip en een sling. Een tubigrip is een speciale kous en een sling is een soort mitella.



Behandelinstructies

Een gebroken radiuskop of radiushals komt vaak voor. Deze breuk herstelt vrijwel altijd volledig.

- 0-1 week : geef de arm rust. Verwijder de sling en drukverband/tubigrip pas wanneer de pijn het toe laat.
- 1-4 weken: oefenen met buigen, strekken en draaien van de arm. Oefen op geleide van de pijn. Nog geen belasting.
- 4-6 weken: elleboog onbepert bewegen op geleide van de pijn. Nog geen (zware) belasting.
- Na 6 weken: u mag de arm op geleide van de pijn weer gaan belasten. Ook mag u weer gaan sporten en gymmen.

Voor een goede genezing zijn de volgende instructies belangrijk:

- De sling houdt de arm in een prettige positie, waarbij deze ontspannen is.
- Meestal heeft u na één week geen sling en drukverband/tubigrip meer nodig. Wanneer de pijn na 1 week echter nog niet onder controle is, kunt u het drukverband/tubigrip nog een week om laten.
- U mag het drukverband als het los gaat zitten zelf vervangen.
- De breuk zit dichtbij het elleboog gewricht. Begin daarom met buigen en strekken van de elleboog zodra de pijn dat toe laat. Hiermee voorkom je dat de elleboog stijf wordt.

- 's Nachts hoeft de sling niet om.
- Sporten wordt gedurende de eerste 6 weken na het ongeval afgeraden.
- Als u pijn heeft, dan adviseren wij u om paracetamol te nemen. Wacht niet met paracetamol geven totdat u te veel pijn heeft. Paracetamol kan het beste op vaste tijden verspreid over de dag gegeven worden, volgens de dosering die op de bijsluiter staat.
- Fysiotherapie is voor dit letsel meestal niet nodig. Zijn de klachten na 6 weken zodanig dat er eventueel fysiotherapie nodig is, vragen wij u eerst een controle afspraak in ons ziekenhuis te maken.

Oefeningen:

■ *Buigen en strekken van de elleboog.*

Hiermee kunt u na 1 week beginnen. Oefen met buigen en strekken eerst passief, dat wil zeggen dat u de elleboog buigt en strekt met hulp van de andere hand. Daarna kunt u actief oefenen, dat wil zeggen zonder hulp van de andere hand. Als het volledig buigen of strekken nog niet lukt, kunt u voor het laatste stuk uw andere hand gebruiken. Doe dit echter alleen als de pijn het toe laat.

■ *Draaien van de elleboog*

U kunt hiermee na 4 weken beginnen, als de pijn het toe laat. Ook hier kunt u zowel passief als actief oefenen. Belangrijk is dat u bij het oefenen de elleboog tegen de zij aan houdt, waarna u vervolgens afwisselend in uw handpalm en op de handrug kijkt.

Herstel

Een poliklinische controle is voor dit letsel niet nodig. Meestal zal de breuk binnen enkele weken genezen. Het is mogelijk dat de strekfunctie van de elleboog na 4-6 weken nog niet volledig is. Meestal herstelt dit in de maanden daarna. Wordt de pijn erger of nemen de klachten na deze periode niet af, neem dan contact op met het ziekenhuis.

Belangrijke contactgegevens

Onderstaande telefoonnummers kunnen voor u van belang zijn.

Op werkdagen tussen 08:15 - 16.00 uur:

- Gipskamer Enschede, route C16, telefoon (053) 4 87 33 20.
 - Gipskamer Oldenzaal, route 165, telefoon (0541) 57 40 19.
- Bij problemen buiten bovenstaande uren kunt u contact opnemen met:
- Spoedeisende Hulp, route via Beltstraat 70, telefoon (053) 4 87 33 33.

Tenslotte

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Pas als u voldoende inzicht heeft, kunt u weloverwogen toestemming geven voor een bepaalde behandeling of een bepaald onderzoek.

Heeft u nog vragen, stel deze aan de behandelend arts of gipsverbandmeester. Zij zijn graag bereid u te helpen of te adviseren.