

# Leefregels na een echogeleide Barbotage

## Nazorgformulier

### Radiologie

#### Inleiding

U heeft in ons ziekenhuis een echogeleide barbotage ondergaan waarbij er kalk is gespoeld uit een van de schouderpezen. De schouder-unit (bestaande uit specialisten van de afdeling orthopedie, radiologie en fysiotherapie) heeft enkele adviezen opgesteld voor de komende weken. Deze folder geeft algemene informatie over leefregels na een echogeleide barbotage, zodat u dit thuis rustig kunt nalezen.

Uw schouder kan de eerste paar dagen na de behandeling verkleurd zijn met een blauwrode vlek op de huid. Dit trekt vanzelf weer weg. Tevens kan de schouder direct na de behandeling door het toedienen van vloeistof licht gezwollen aanvoelen.

U kunt pas vanaf vier weken (in sommige gevallen duurt het echter langer) na de barbotage beoordelen of de behandeling het gewenste resultaat heeft. De kalk en pijnklachten kunnen terugkomen. Het is nog niet duidelijk of een barbotage een tijdelijke of langdurige oplossing voor u is. Als uw pijnklachten niet zijn afgenomen kunt u een vervolgspraak maken bij uw behandelend arts.

Wanneer u na de eerste week koorts, roodheid of extreme pijnklachten van de schouder krijgt, neemt u dan contact op met uw huisarts of uw behandelend specialist.

#### Leefregels

Houdt u als leefregels het volgende aan:

- We raden u af om een gemotoriseerd voertuig te besturen direct na het onderzoek, omdat u na de behandeling last kunt hebben van uw schouder en uw verzekeringsmaatschappij mogelijk geen dekking verleent bij een ongeval.
- Na de behandeling kunt u een aantal dagen tot enkele weken napijn hebben, dit is normaal. Ook kan de schouder nog enkele weken tot maanden gevoelig blijven na activiteiten. Hiertegen kunt u een pijnstillertje gebruiken die u normaliter ook gebruikt, bijvoorbeeld paracetamol. Ook een koud kompres op de schouder kan verlichting geven van de klachten. Leg het koude kompres nooit direct op de huid, leg een dunne doek tussen de huid en het koude kompres.
- Wij adviseren u om de eerste 2 tot 3 dagen na de behandeling uw schouder niet te veel te gebruiken. U mag de schouder alleen binnen uw pijngrenzen gebruiken. Pijn en zwelling geven aan dat de grens van het belasten bereikt is.
- De eerste 6 weken na de behandeling raden wij u af de behandelde schouder zwaar te belasten en niet boven de 90 graden te bewegen (figuur 1). Wij raden u af om te zwaar te tillen, te stofzuigen, ramen te lappen, boven uw macht te werken of bovenhandse sporten te beoefenen. Vermijd bewegingen die de herkenbare pijnklachten veroorzaken zoveel mogelijk. Het is wel belangrijk dat u de arm verder gewoon blijft bewegen tijdens de dagelijkse lichte activiteiten binnen de pijngrens.
- Mocht u op dit moment onder behandeling zijn van een fysiotherapeut, dan moet de behandeling ongeveer 1 week onderbroken worden.
- Het is wel belangrijk de schouder onbelast te oefenen, zodat de medicatie zich goed in het weefsel verspreidt en om een stijve schouder te voorkomen. U kunt iedere dag de schouder in grote cirkels bewegen (figuur 2), of voor een (gladde) tafel gaan zitten en dan uw handen naar voren laten glijden (figuur 3).
- Het is belangrijk om 1 week na de behandeling te starten met gerichte spieroefeningen voor de spieren rondom de schouder. Wij raden aan om dit onder begeleiding te doen van een fysiotherapeut, op [www.schoudernetwerktwente.nl](http://www.schoudernetwerktwente.nl) is een overzicht te vinden van aangesloten schouderfysiotherapeuten in de regio Twente.



Figuur 1



Figuur 2



Figuur 3

### Uitslag

De radioloog maakt een verslag van de resultaten van de behandeling. Dit wordt opgestuurd naar uw behandelend arts.

### Aanvullende informatie

Meer informatie vindt u op de website [www.mst.nl](http://www.mst.nl)

### Belangrijke contactgegevens

- Medisch Spectrum Twente, telefoon (053) 4 87 20 00, vraag naar de polikliniek waar u onder behandeling bent.

### Toestemming of bezwaar maken voor het delen van medische gegevens

Om de best mogelijke zorg te kunnen bieden is het van belang dat zorgaanbieders gegevens met elkaar kunnen delen. Dit delen kan en mag alleen als je daar zelf toestemming voor geeft. Dit kunt u zelf regelen in MijnMST, of aangeven bij het secretariaat van uw specialist.

### 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 onderzoek. Als iets u niet geheel duidelijk is, vraagt u behandelend arts of verpleegkundige dan om nadere uitleg.