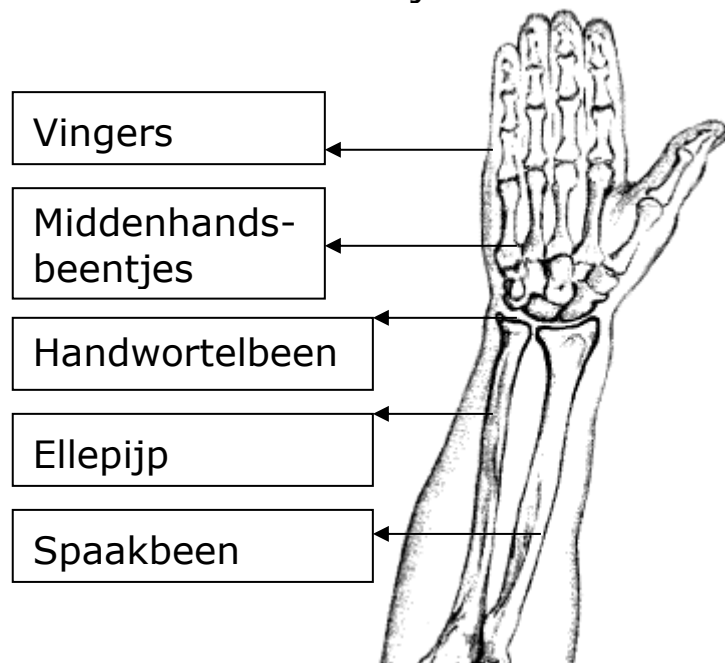


GEBROKEN POLS BIJ EEN VOLWASSENE

MET GIPS

Inleiding

Deze folder geeft u informatie over de behandeling van de polsbreuk. Een polsbreuk is één 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, dichtbij de pols. Soms is er alleen een scheurtje in het bot, maar vaak zijn de botstukken verplaatst. Naast een beschadiging aan het bot, is er ook altijd een beschadiging aan de 'weke' delen: pezen, spieren en eventueel vaten en zenuwen.

Behandeling

Als de botstukken niet of nauwelijks zijn verplaatst, dan legt de verpleegkundige van de Spoedeisende Hulp een gipsspalk aan. Als de botstukken wel zijn verplaatst, dan moet het bot worden teruggeplaatst (repositie). Dit gebeurt meestal onder plaatselijke verdoving: in het gebied van de breuk wordt verdovingsvloeistof gespoten. Deze verdoving werkt ongeveer

een uur. Na het zetten van het bot wordt een gipsspalk aangelegd, dit kan in sommige gevallen ook een bovenarmgips zijn. Hierna wordt een röntgenfoto gemaakt, om te controleren of de juiste stand in het gips is bereikt. Als na twee keer geen juiste stand wordt bereikt, dan kan een operatie nodig zijn.

Na de behandeling

U gaat naar huis vanaf de Spoedeisende Hulp met een draagdoek (mitella), zodat uw arm rust krijgt. Deze draagdoek kan 's nachts af. Om uw arm in de nacht rust te geven, kunt u deze op een kussen leggen.

Voor de pijn maakt u gebruik van Paracetamol, vier maal daags twee tabletten van 500 milligram, eventueel in combinatie met het recept wat u heeft gekregen van de Spoedeisende Hulp-arts. Wij adviseren volwassenen om een dagelijkse dosis van 500 milligram vitamine C te slikken vanaf het moment van de breuk tot vijftig dagen daarna. Dit is voortgekomen uit onderzoek naar het voorkomen van dystrofie (ernstige pijnklachten).

Bij een vermoeden van osteoporose kunt u door ons worden doorverwezen naar de polikliniek Osteoporose. Dit onderzoek kan worden gedaan bij volwassenen van 50 tot 70 jaar. Verder krijgt u een afspraak van de Spoedeisende Hulp voor controle op de Traumapolikliniek. Hier wordt u over gebeld en/of u krijgt een brief thuis.

Soms wordt bij deze eerste controle een röntgenfoto gemaakt en wordt uw gips aangepast. In andere gevallen wordt het gips gewisseld en wordt er daarna een röntgenfoto gemaakt. Ook zijn er polsbreuken waar geen controlefoto nodig is.

Hoeveel weken gips?

Dit is afhankelijk van het soort breuk en de behandeling kan variëren van vier tot acht weken.

Verdere adviezen

- Vooral de eerste week de arm voldoende rust geven. Houd de hand hoger dan de elleboog, zodat de zwelling kan afnemen.
- Het is goed om de vingers te blijven bewegen en minimaal een paar keer per dag een vuist te maken. Bewegen is goed, maar het is wel belangrijk dat u geen pijn heeft. Houd de elleboog en de schouder voldoende in beweging.
- Het gips mag niet nat worden. Is het gips per ongeluk toch nat, neemt u dan contact op met de Gipskamer.

Mogelijke complicaties

Er bestaat een kans dat de botstukken bij de volgende gipscontrole niet meer goed staan. In die gevallen moet de pols opnieuw gezet worden en/of is een operatieve behandeling nodig.

Wat u verder nog moet weten

U moet er rekening mee houden dat u na de gipsperiode nog een tijd nodig heeft, voordat u de pols weer redelijk goed kunt gebruiken. Meestal is de pols stijf en moet u oefenen. Het duurt minimaal drie maanden voordat u uw pols normaal en pijnvrij kunt gebruiken. Soms kan na de gipsbehandeling hulp van een fysiotherapeut nodig zijn.

Klachten of problemen

Een zwelling onder gips kan gevaarlijk zijn. Bij een zwelling kunnen de volgende problemen ontstaan:

- De pijn vermindert niet, maar wordt erger.
- Uw vingers gaan tintelen of worden dik, ondanks het goed hooghouden.
- U kunt uw vingers niet of nauwelijks bewegen.
- Het gips gaat knellen. Pijn op de plaats van de breuk is meestal niet verontrustend.
- Het gevoel in uw arm vermindert of verdwijnt helemaal.
- De hand in het gips kan verkleuren. Door de bloeduitstorting kleuren uw vingers blauw, dit is niet verontrustend.
- De temperatuur van uw hand kan veranderen. Indien hierbij ook uw vingers wit worden, is dit wel verontrustend.

Wanneer u één of meerdere van deze klachten heeft, dan is het van belang om contact met ons op te nemen. Zie de telefoonnummers aan het eind van deze folder.

Verder kunt u contact opnemen als:

- Uw gips gebroken of kapot is.
- U iets in het gips heeft laten vallen.
- Het gips op een bepaalde plaats blijft schuren of drukken en daardoor pijn veroorzaakt.
- Het gips te los of te strak zit.
- Er wondvocht zichtbaar wordt. U herkent dit aan een verkleurde plek op het gips.
- U koorts ontwikkelt (boven de 38 graden).

Jeuk

Niet iedereen krijgt last van jeuk. Jeuk wordt soms veroorzaakt door korreltjes gips, losse haartjes, huidschilfers of warm weer. U kunt zachtjes aan de kous aan de binnenzijde van uw gips trekken, dit geeft verlichting. U kunt uw gips koelen met een föhn op koele stand.

Er bestaan sprays die verlichting geven bij jeuk en geurtjes. Deze zijn verkrijgbaar bij drogist en apotheek. Krab bij jeuk nooit met scherpe voorwerpen, zoals breinaalden tussen het verband. Hiermee beschadigt u uw huid (infecties) en het verband (drukplekken).

Tot slot

Het is niet toegestaan om met een arm in het gips een auto te besturen. U bent dan niet verzekerd en dus in overtreding.

Vragen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u contact opnemen via onderstaande gegevens.

Franciscus Gasthuis

Chirurgisch Behandelcentrum, op werkdagen van 8.00 tot 16.30 uur, via telefoonnummer 010 – 461 6163.

Franciscus Vlietland

Gipskamer, op werkdagen van 8.00 tot 16.30 uur, via telefoonnummer 010 – 893 1931.

Buiten deze tijden kunt u bij spoed contact opnemen met de Spoedeisende Hulp:

- Franciscus Gasthuis (Rotterdam): 010 - 461 6720
- Franciscus Vlietland (Schiedam): 010 – 893 0101
(Bereikbaar van 8.00 uur tot 21.00 uur. Buiten deze uren kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp van Franciscus Gasthuis)