

Sleutelbeenbreuk

De arts op de Spoedeisende Hulp heeft u verteld dat u een gebroken sleutelbeen (claviculafractuur) heeft. Deze folder geeft u informatie over de behandeling.



Rijnstate

**Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!**

De sleutelbeenbreuk

Een gebroken sleutelbeen is een veel voorkomende botbreuk. Deze botbreuk geneest meestal gemakkelijk. Er doen zich zelden complicaties voor.

De behandeling

De behandeling is eenvoudig: door rust en oefenen geneest de breuk. U geeft uw schouder rust door het dragen van een mitella (draagdoek). Het is belangrijk dat u daarnaast gedoseerd oefent (zonder uw schouder te belasten).

Rust bevordert de genezing. Maar zodra het mogelijk is, mag en moet u oefenen (zie leefregels). Als u niet oefent, wordt de breuk niet gestimuleerd om te genezen en kan uw schouder stijf worden.

Door het dragen van een mitella, zorgt u voor voldoende rust voor een goede genezing. Als er een sterk afwijkende stand bestaat, wordt dit in de loop van de eerste week meestal minder. U draagt de mitella drie tot vijf weken. In het algemeen is na zes weken de breuk zo goed genezen dat u uw arm weer kunt gebruiken. Na genezing van de breuk kan een verdikking van het bot op de plek van de breuk zichtbaar blijven.

Leefregels

- Om verstijving van de schouder te voorkomen, is het nodig om draaioefeningen te doen. Doe deze oefeningen zodra het mogelijk is. Dit is meestal na ongeveer één week, wanneer u op controle bent geweest.
- Draaioefeningen doet u door het bovenlichaam voorover te buigen, zodat de arm in de mitella vrij komt te hangen. U kunt dan draaiende bewegingen maken met de schouder. Bij deze oefening lijkt het alsof u in een grote pan roert, waarbij u in de loop van de tijd de pan steeds groter maakt.
- Met hetzelfde doel haalt u vier tot zes keer per dag de arm uit de mitella en probeert u om de elleboog even te strekken. Daarna buigt u en strekt u een paar keer de elleboog, om verstijving van de elleboog te voorkomen.
- U kunt de mitella 's nachts en tijdens het douchen of baden afdoen.
- Als algemene regel: 'luister' naar uw pijn. Als u geen pijnklachten meer heeft, is de mitella niet meer nodig. Alles wat dan mogelijk is om zonder pijn te doen, is toegestaan.
- Tegen de pijn kunt zo nodig paracetamol innemen.

Nabehandeling

U krijgt een afspraak mee voor controle na ongeveer één week op de polikliniek Chirurgie. Tijdens deze controle beoordeelt de arts hoe het met het medisch herstel van uw sleutelbeen gaat en kunt u vragen stellen.

Complicaties

De belangrijkste complicatie is het niet vastgroeien van de sleutelbeenbreuk. Dit komt bijna nooit voor. Tijdens de controle wordt hier altijd speciaal op gelet.

Vragen

Wanneer u nog vragen heeft over de behandeling, beantwoorden de medewerkers van de poli Chirurgie deze graag voor u.

Telefoonnummers

Poli Chirurgie Rijnstate: 088 - 005 7737

Buiten kantooruren kunt u voor spoedgevallen contact opnemen met de Spoedeisende hulp, via 088-005 6680.

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate

Postbus 9555
6800 TA Arnhem
T 088 - 005 8888
E info@rijnstate.nl
www.rijnstate.nl

Ziekenhuislocaties

Arnhem
Zevenaar
Velp
Dieren
Arnhem-Zuid