

Gebroken pols bij volwassenen (Gipsbehandeling)

Deze brochure geeft u informatie over de behandeling van een polsbreuk. 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

Een polsbreuk is een van de meest voorkomende botbreuken. Bij een polsbreuk is er een breuk van het spaakbeen, ellepijp of allebei. Soms betreft het alleen een scheurtje in het bot, maar vaak is er verplaatsing van de botstukken. Behalve de botbreuk kan er ook letsel zijn aan de omgevende weefsels, zoals pezen, spieren en eventueel vaten en zenuwen.

Behandeling

Als de stand van de breuk goed is, wordt alleen een gipsverband aangelegd. Als de botstukken te veel verplaatst zijn, moet het bot worden 'gezet' (teruggeplaatst). Dit gebeurt meestal onder plaatselijke verdoving door in het gebied van de breuk verdovingsvloeistof te spuiten. Na het zetten van het bot wordt een gipsverband aangelegd en een röntgenfoto gemaakt om te zien of de juiste stand is bereikt.

Als een juiste stand niet is bereikt of de breuk weer is teruggezakt ('instabiel is'), kan een operatie nodig zijn. Als u geopereerd moet worden aan de pols verwijzen we u voor meer informatie naar de brochure 'Fracturen (gebroken botten)'.

Na de behandeling

U gaat naar huis met een sling waarbij de pols hoger ligt dan de elleboog. Door de sling krijgt de arm rust en wordt er zwelling van de arm en vingers voorkomen. 's Nachts kunt u de sling af doen en bijvoorbeeld uw arm 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!

In de dagen na het ongeval moet de pijn verminderen. Als de voorgeschreven pijnstilling niet voldoende is of als u na drie dagen nog steeds niet zonder kunt, moet u contact met ons op te nemen.

U krijgt een afspraak voor controle op de polikliniek Heelkunde. 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 3 tot 6 weken.

Verdere adviezen

Voor zover de pijn toelaat, mag u vingers, elleboog en schouder bewegen, zodat de hand en vingers niet stijf worden.

Als u vindt dat de sling niet meer nodig is en uw hand is niet meer dik, hoeft u deze niet meer te gebruiken. Dit is vaak na 1 of 2 weken het geval. Voor meer informatie, kunt u naar de folder '[Gips- en kunststofverband](#)' vragen.

Mogelijke complicaties

Het gipsverband mag niet knellen. Als u merkt dat dit het geval is, bijvoorbeeld omdat uw vingers opzwellen en pijnlijk zijn, dan verzoeken wij u contact met ons op te nemen. Het gips moet dan gekliefd worden. Daarnaast mag het gipsverband niet nat worden, tref dus maatregelen als u onder de douche gaat.

Er bestaat een kans dat de botstukken na enkele dagen alsnog of opnieuw verplaatsen of dat bij poliklinische controle blijkt dat de breuk niet meer goed staat. In dat geval is vaak een operatieve behandeling nodig.

Verder is er kans op het ontstaan van een posttraumatische dystrofie. Dit ziektebeeld ontstaat meestal pas na verwijdering van het gipsverband. Het gaat gepaard met een geleidelijke toename van pijn, vooral bij bewegen, stijfheid, zwelling en verkleuring van hand en vingers. In dat geval is een aangepaste behandeling nodig. Dus als u denkt dat het niet beter maar juist slechter gaat, neem dan contact met ons op.

Wat u verder nog moet weten

U moet er rekening mee houden dat het functieherstel lang duurt. Volledig normaal en pijnvrij gebruik van de pols wordt meestal pas na 6 maanden bereikt. Soms kan na de gipsbehandeling hulp van een fysiotherapeut nodig zijn.

Wanneer u bepaalde activiteiten (bijvoorbeeld autorijden of werken) weer mag hervatten, hangt van tal van factoren af en dit overlegt u met uw behandeld arts of huisarts.

Tot slot

Heeft u nog vragen, stel ze aan uw behandelend arts of huisarts. Bij dringende vragen of problemen kunt u zich ook wenden tot de afdeling waar de behandeling heeft plaatsgevonden. Wanneer zich thuis problemen voordoen, neem dan contact op met de huisarts of het ziekenhuis.

Belangrijke telefoonnummers

ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis):	(013) 221 00 00
Polikliniek Chirurgie	(013) 221 01 20

Locatie ETZ Elisabeth
Route 60

Locatie ETZ TweeSteden
Route 72

Locatie ETZ Waalwijk
Route 6