

Mallet vinger

Hamervinger

Deze folder geeft u informatie over een malletvinger. Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.

U hebt een malletvinger, ook wel hamervinger genoemd. Bij een malletvinger kunt u het kootje aan de top van uw vinger niet strekken. Dit komt doordat de pees is afgescheurd of doordat een stukje bot met de pees is afgebroken.

Samenvatting

- De pees aan de top van uw vinger is beschadigd, waardoor u uw vinger niet meer kunt strekken. Dit heet een malletvinger.
- Dit letsel herstelt doorgaans zonder restklachten.
- We maken geen standaard poliklinische controle afspraak, deze is over het algemeen niet nodig.
- De malletvinger kan met of zonder breuk voorkomen. Let op dat u het behandelingschema passend bij uw letsel volgt.
- U moet de spalk continu, 24 uur per dag, dragen; non-stop.
- U krijgt op de Gipskamer een verwijzing voor een handtherapeut. U kunt een afspraak maken met de handtherapeut na zes weken (bij een breuk) of acht weken (bij een afscheurde pees).
- Meer informatie vindt u in de app: Virtual Fracture Care, Adrz.

Als er tijdens het herstel vragen of problemen zijn, kunt u van maandag t/m vrijdag van 8:30 uur – 10:30 uur contact opnemen met de Breuklijn: 088 125 42 02.

De behandeling

Een malletvinger komt vaak voor. Een operatie is meestal niet nodig. Er zijn twee mogelijkheden:

- U bent tijdens kantoortijd op de Spoedeisende Hulp gekomen: in principe krijgt u meteen op de Gipskamer een speciaal op maat gemaakte spalk om uw vinger recht te houden.
- U bent buiten kantoortijd op de Spoedeisende Hulp gekomen:
 - U krijgt een tijdelijke spalk
 - U krijgt de eerstvolgende werkdag een afspraak op de Gipskamer. Hier wordt een speciaal op maat gemaakte spalk aangelegd.

Een malletvinger kan wel of geen breuk hebben. De zorgverlener op de afdeling Spoedeisende Hulp vertelt u of er sprake is van een breuk of van een scheur in de pees.

Behandeling bij een breuk

0-6 weken

- Continu dragen spalk.

6-8 weken

- Start handtherapie (na advies therapeut starten met oefeningen).
- Spalk dragen in de nacht en bij risicomomenten.

Behandeling zonder breuk (scheur pees)

0-8 weken

- Continue dragen spalk

8-10 weken

- Start handtherapie (na advies therapeut starten met oefeningen).
- Spalk dragen in de nacht en bij risicomomenten.

Instructies

Volg de volgende instructies voor een zo goed mogelijke genezing.

- U moet de spalk continu (24 uur per dag) non-stop dragen.
- Als u de spalk toch afdoet en de vinger buigt, moet de genezing weer opnieuw beginnen. U begint dan weer van voren af aan met het tellen van de weken. De kans op volledige genezing is dan kleiner!
 - Heeft u een afgescheurde pees? Dan moet u de spalk acht weken dragen.
 - Heeft u een breuk? Dan moet u de spalk zes weken dragen.
- Hierna moet u de spalk nog twee weken in de nacht dragen. Op advies van de handtherapeut moet u de spalk soms langer dragen.
- Draag de spalk ook overdag bij activiteiten waarbij de vinger het risico loopt om geblesseerd te raken.
- De vinger en spalk mogen niet nat worden. Dit is om irritatie en verweking van de huid te voorkomen.
- Heeft u pijn? Gebruik dan paracetamol. Wacht niet met paracetamol nemen totdat u te veel pijn heeft. Neem het altijd verspreid over de dag in. U kunt maximaal vier keer per dag twee tabletten van 500 mg paracetamol innemen op vaste tijden.

Herstel

- U krijgt op de Gipskamer een verwijzing voor een handtherapeut. U kunt een afspraak maken met de handtherapeut na zes weken (bij een breuk) of acht weken (bij een afgescheurde pees). De handtherapeut beoordeelt wanneer u kunt beginnen met oefenen. U krijgt instructies over het oefenen van de vinger en het gebruik in het dagelijks leven. Let hierbij op dat u de oefeningen langzaam opbouwt en geen plotselinge knijpbewegingen maakt. Als u dit wel doet, kan de pees opnieuw beschadigen.
- In principe is de vinger na drie maanden weer volledig belastbaar.

Wanneer contact opnemen?

Als u vragen heeft neem dan contact op met de Breuklijn via 088 125 42 02. Als een controle noodzakelijk is, maken we een afspraak. Neem ook contact op met de Breuklijn als:

- De pijn erg toeneemt.
- Tijdens de oefenperiode het topje toch weer gaat hangen.
- De spalk niet meer mooi aansluit.
- De spalk schoongemaakt moet worden.

Spalk vervangen

U mag de spalk tussentijds absoluut niet zelf verwijderen. Neem bij een te ruime spalk of om hygiënische redenen contact op met de Breuklijn via 088 125 42 02.

Oefeningen

Het is belangrijk dat u geen oefeningen doet met de vinger, voordat u bij de handtherapeut bent geweest. Als u mag beginnen met oefeningen, zal de handtherapeut u specifieke oefeningen geven.

Mallet vinger

Heeft u nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan gerust contact op met de Breuklijn via 088 125 42 02. Dit nummer is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 8.30 uur – 10.30 uur.