

# Polsfractuur

**Deze folder geeft u informatie over een polsfractuur. 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.

## Breuk

Bij een polsbreuk is er een breuk van het spaakbeen, ellepijp of beide botten nabij de pols. Soms betreft het alleen een scheurtje in het bot maar vaak is er verplaatsing van de botstukken. Behalve een letsel van het bot is er ook altijd letsel van de zogeheten weke delen, zoals pezen, spieren en eventueel vaten en zenuwen.

## Behandeling

Als er geen belangrijke verplaatsing van de botstukken is, dan wordt alleen een gipsspalk aangelegd. Indien de botstukken te veel verplaatst zijn dan moet het bot worden 'gezet' (teruggeplaatst). Dit gebeurt meestal onder plaatselijke verdoving door in het gebied van de breuk verdovingsvloeistof te spuiten. De verdoving werkt ongeveer een uur. Na het zetten van het bot wordt een gipsspalk aangelegd en wordt een röntgenfoto gemaakt om te controleren of de juiste stand is bereikt. Als een juiste stand niet wordt bereikt is soms een tweede 'zetpoging' of een operatie nodig.

## Na de behandeling

### Rust

U gaat naar huis met een draagdoek (mitella), zodat de arm rust krijgt en de arm voldoende hoog gehouden wordt om de gevolgen van een gestoorde doorbloeding (zwellings) op te vangen. Dit geeft ook vermindering van de pijn. De mitella kan 's nachts af en om uw arm dan rust te geven, kunt u deze op een kussen leggen.

### Pijn

U krijgt een recept mee voor een pijnstillers. Als u bloedverdunnende medicijnen gebruikt, moet u dit aan de arts melden. Hij/zij houdt daar dan rekening mee bij het voorschrijven van een pijnstillers. Als de voorgeschreven pijnstilling niet voldoende is of als u na drie dagen nog steeds niet zonder kunt, wordt u verzocht contact met de spoedeisende hulp of polikliniek chirurgie op te nemen.

### Controleafspraak

U krijgt een afspraak voor controle op de traumapolikliniek op de gipskamer. Soms wordt tijdens de eerste controle een röntgenfoto gemaakt en krijgt u een nieuw lichtgewicht gips aangelegd.

### Hoeveel weken gips?

Het is afhankelijk van het soort breuk hoe lang u gips nodig heeft. Dit varieert van drie tot zes weken maar meestal is dit vier weken.

### Adviezen

- Tijdens de gipsbehandeling worden uw vingers dik en stijf. Bewegen is heel daarom belangrijk, met name het maken van een volledige vuist. Strecken van de vingers moet u een paar keer per dag oefenen om langdurige stijfheid te voorkomen. Als het gips dit niet toelaat moet u contact opnemen met de gipskamer.

## Polsfractuur

- Heeft u geen pijn dan mag u uw vingers en hand gebruiken wat het gips toelaat.
- Als uw hand niet meer dik is heeft u de mitella niet meer te dragen.
- Het is goed uw elleboog en schouder voldoende in beweging te houden maar het mag geen pijn doen/pijn veroorzaken.

### Mogelijke complicaties

Er bestaat een kans dat de botstukken na enkele dagen alsnog of opnieuw verplaatsen of dat bij de volgende controle blijkt dat de breuk niet meer goed staat. In die gevallen moet de pols opnieuw gezet worden of is een operatieve behandeling nodig. Verder is er kans op het ontstaan van een Posttraumatische Dystrofie. Dit is een ziektebeeld dat gepaard gaat met pijn, zwelling en verkleuring van de hand en vingers. Het is van belang dat een aangepaste behandeling snel wordt gestart als dit probleem lijkt te ontstaan.

### Belangrijk om te weten

U moet er rekening mee houden dat u zeker meer dan zes weken nodig heeft, voordat u de pols weer redelijk goed kunt gebruiken. Volledig normaal en pijnvrij gebruik van de pols wordt meestal pas na drie maanden bereikt. Soms kan na de gipsbehandeling hulp van een fysiotherapeut nodig zijn.

Wij adviseren om een jaar lang de littekens niet bloot te stellen aan de zon of de littekens in te smeren met zonnebrand factor 50. Dit om hyperpigmentatie te voorkomen. Dit is een bruine verkleuring van de littekens die mogelijk niet meer weg trekt

### Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, stel ze gerust aan uw behandelend arts. Wanneer onverhoopt problemen ontstaan waarover u zich zorgen maakt, kunt u bellen naar de polikliniek Chirurgie: 088 125 42 37. Buiten werktijden kunt u bellen naar het algemene nummer van het ziekenhuis: 088 125 00 00.

### Afspraak maken

Wilt u een afspraak maken, annuleren of verzetten? Neem dan contact op met het ziekenhuis via het telefoonnummer 088 338 84 44.