

Sleutelbeenfractuur (claviculafractuur)

Deze folder geeft u informatie over een breuk in het sleutelbeen en de meest gebruikte behandeling. Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.

Het is in uw eigen belang dat u de folder goed doorleest en de adviezen nauwkeurig opvolgt. Dit om een spoedig herstel te bevorderen.

Wat is een sleutelbeenbreuk?

De sleutelbeenbreuk is een veel voorkomende botbreuk. Het is (gelukkig) bijna altijd een gemakkelijk genezende breuk. Er doen zich zelden complicaties voor. De behandeling is eenvoudig; enige weken rust en gerichte oefeningen is doorgaans alles wat nodig is.

Diagnose en onderzoek

Omdat het sleutelbeen door zijn ligging zo makkelijk is te onderzoeken, kan de arts na een lichamelijk onderzoek meestal met zekerheid vaststellen of uw sleutelbeen gebroken is. Toch wordt er een röntgenfoto gemaakt zodat we een behandelplan kunnen opstellen.

De behandeling

De behandeling van een sleutelbeenbreuk is conservatief (= geen operatie) of operatief. Rust wordt gegeven door middel van een mitella (= draagdoek) of een sling (= draagband).

Bij kinderen

Bij kinderen is er meestal een 'greenstick' breuk (= twijgbreuk). Het botvlies is daarbij nog heel en alleen het bot daarbinnen is gebroken. Het dragen van de mitella kan worden gestaakt indien de pijn dit toelaat. Doorgaans is maar ongeveer één tot twee weken nodig. 's Nachts hoeft de mitella niet om. De functie van schouder en arm herstelt doorgaans binnen enkele weken volledig. Het is verstandig sport en gymnastiek pas zes weken na het ongeval te hervatten.

Bij volwassenen

Met een mitella hebben uw arm en schouder voldoende rust voor een goede genezing. Het is wel belangrijk om, zodra de pijn dit toelaat, te oefenen met uw schouder. U dient dan de bovenarm te bewegen waarbij het lijkt alsof u in een (grote) pan roert. Doorgaans kan deze oefening één week na het optreden van de breuk beginnen. Het gebruik van de mitella wordt met name bepaald door de pijn die u ervaart. Gemiddeld draagt iemand de mitella twee tot vier weken. De laatste twee weken hoeft dat niet de gehele dag meer. Tijdens douchen/baden en 's nachts kunt u de mitella afdoen.

Het is verstandig tijdens de gehele periode zo nu en dan de arm uit de mitella te doen en de elleboog even te strekken. Algemene regel: 'luister' naar de pijn. Indien de pijnklachten goed afnemen, is de mitella niet meer nodig. Alles wat mogelijk is, zonder dat dit pijn veroorzaakt, is toegestaan. Na vier tot zes weken moet u de arm weer behoorlijk boven het hoofd kunnen bewegen. Indien dit niet lukt is het raadzaam contact op te nemen met uw huisarts of specialist. Deze kan dan beoordelen of fysiotherapeutische hulp nodig is.

Sleutelbeenfractuur (claviculafractuur)

Na zes weken is de breuk zodanig genezen, dat u het meeste werk weer kunt doen. Met zware lichamelijke arbeid, waarbij u uw schouder veel belast of wanneer u boven uw macht werkt, kunt u beter enkele weken wachten. Na de genezing kan een verdikking van het bot ter plaatse van de breuk zichtbaar blijven.

Eventuele operatie

Soms is er een indicatie (reden) voor een operatie. Een reden voor een operatie kan zijn dat een botstuk door de huid dreigt heen te gaan. Een (sterk) afwijkende stand of verkorting van de schouder kan ook tot een operatie leiden.

Nabehandeling

Tegen de pijn is over het algemeen een eenvoudige pijnstiller voldoende (bijvoorbeeld paracetamol of Diclofenac). Het is niet altijd nodig met röntgenonderzoek vast te stellen dat de breuk genezen is. Bij breuken die een matige tot sterk afwijkende stand hebben zal er vaker wel een controle foto volgen.

Tot slot

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

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 42537.

Afspraak maken

Wilt u een afspraak maken, annuleren of verzetten neem dan contact op met de Afspraakcentrale, 088 125 00 00.