

Gebroken bovenarm ter hoogte van de schouder

In deze folder leest u over de behandeling van een gebroken bovenarm ter hoogte van of vlak onder de schouder. Het is algemene informatie, uw persoonlijke situatie maakt dat soms dingen anders zijn dan in de folder staat.

Het bovenarmsbot

Het bovenarmsbot (de 'humerus') is een lange pijpbeen van de schouder tot aan de elleboog. Ter hoogte van de schouder heeft het bovenarmsbot een bolvormige kop, waarmee de bovenarm een gewricht vormt met het komvormige schouderblad. Dit gewricht is het schouder gewricht. Een breuk in dit gebied kan net door of onder de kop van het bovenarmsbot lopen en dus door het schoudergewricht of er net onder lopen. Onder de kop begint de schacht van het bovenarmsbot dat doorloopt tot aan de elleboog.

De breuk

Wanneer het begin van het bovenarmsbot breekt, dan komt dit meestal door een val op de schouder. De klachten zijn vooral veel pijn in de schouder en het niet meer kunnen bewegen van de bovenarm of schouder. Na een paar dagen kun je een bloeditstorting zien. Een röntgenfoto laat de breuk en hoe deze loopt goed zien.

Behandeling

Wanneer de breuk net onder de kop loopt, dan kan in de meeste gevallen gevallen de breuk zonder operatie behandeld worden. U krijgt dan een draagband waarbij de arm uithangt en de schacht van het bovenarmsbot goed onder de kop komt te hangen en in die stand kan vastgroeien. Het duurt dan meestal een week of zes voordat de kop enigszins is vastgegroeid aan de schacht.

Wanneer de breuk net onder de kop loopt en de kop helemaal niet meer boven de schacht staat en ook na uithangen niet meer goed komt te staan, kan het zijn dat het nodig is om de kop weer onder narcose boven de schacht te zetten en de kop dan met een operatie vast te zetten aan de schacht.

Als de breuk door de kop zelf heen loopt, hangt de behandeling af van hoe de breukdelen ten opzichte van elkaar liggen en in hoeverre die nog een goede stand hebben. Wanneer de vorm van de kop nog goed is, kan de traumachirurg besluiten u zonder operatie uit te behandelen. Dan krijgt u ook een draagband of een mitella.

Als de breukdelen ernstig verplaatst zijn en de vorm van de kop erg verstoord is, kan het zijn dat u geopereerd moet worden. Of u een operatie krijgt, hangt af van de stand van de breuk, uw activiteiten en uw lichamelijke toestand.

Operatie

Wordt u geopereerd, dan herstelt de traumachirurg de vorm van de kop en zet de kop of de stukjes van de kop weer vast aan de schacht. Hiervoor heeft uw traumachirurg verschillende mogelijkheden, afhankelijk van het type breuk en de voorkeur van uw chirurg. Vaak worden platen en schroeven gebruikt om de verschillende breukdelen aan elkaar vast te zetten. Soms kan de chirurg ook besluiten de breuk met een pen en schroeven vast te zetten. Hiervoor is vaak een kleinere snede nodig dan bij een plaat met schroeven.

Wanneer de kop in meerdere stukken is gebroken en uw chirurg inschat dat vastzetten met een plaat en schroeven of pen niet haalbaar is, kan het zijn dat u in aanmerking komt voor een kunstkop/schouderprothese. Uit onderzoek blijkt echter dat dit alleen zin heeft bij de zeer ernstige breuken en dat de functionele resultaten hiervan niet altijd even goed zijn.

Zoals elke operatie, heeft ook een operatie voor een gebroken bovenarmsbot kans op problemen, zoals ontstekingen van de wond, zenuwshade en het uitbreken van het fixatiemateriaal en het niet goed willen vastgroeien van de breuk. Ook hebben patiënten na een operatie nogal eens last van blijvende stijfheid van de schouder door verstijving van het gewrichtskapsel en inwendige littekenweefsel.

Na de behandeling

Meestal krijgt u na de operatie een mitella of draagband zodat de arm rust krijgt. Hoe lang u na de operatie rust moet houden, hangt af van het soort breuk en hoe stevig de chirurg de breukdelen weer aan elkaar heeft kunnen zetten. Meestal mag u tot 6 weken na de operatie uw arm niet belasten. Wel mag u na 1 tot 2 weken voorzichtig gaan oefenen op geleide van de pijn om het schoudergewricht soepel te houden en verstijving zo veel mogelijk te voorkomen. Die oefeningen doet u door het bovenlichaam voorover te buigen, zodat de arm in de mitella vrij komt te hangen en u draaiende bewegingen kunt 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'. Ook is het verstandig tijdens de gehele periode zo nu en dan de arm uit de mitella te doen en de elleboog even te strekken.

Wanneer u zonder operatie en dus alleen met een mitella of sling behandeld wordt, dan is de nabehandeling min of meer hetzelfde als na de operatie. U moet na 1 tot 2 weken voorzichtig gaan oefenen op geleide van de pijn zoals hierboven staat beschreven.

Wat u verder nog moet weten

U moet er rekening mee houden dat u al gauw meer dan 6-12 weken nodig heeft voordat u uw schouder weer enigszins goed kunt gebruiken. Vaak is belasten van de arm met kracht pas toegestaan als de breuk al enigszins is vastgegroeid, dit duurt in de regel minimaal zes weken. Daarna kunt u de kracht en belasting gaan uitbreiden. Ook de beweeglijkheid kan dan verder worden uitgebreid. Vaak is nabehandeling door een fysiotherapeut nodig. Helemaal normaal en pijnvrij gebruik van de schouder kan minstens 3-6 maanden of soms nog langer duren. Hou er rekening mee dat de kans bestaat dat de schouder nooit meer zo flexibel wordt als voor de val.

Vragen?

Heeft u nog vragen, stel ze gerust aan uw behandelend arts of uw huiarts.

- Polikliniek chirurgie: maandag t/m vrijdag tijdens kantooruren 0413 – 40 19 59, route 041
- Buiten kantooruren belt u de reeptie: 0413 – 40 40 40

Mist u bepaalde informatie of is iets niet duidelijk, vertel het ons.

Bovenstaande informatie is geschreven samen met artsen en (gespecialiseerd) verpleegkundigen van de genoemde afdeling(en). De afdeling communicatie & patiëntenvoorlichting verzorgt de eindredactie van deze folder.

Heeft u vragen en/of opmerkingen over deze folder? Belt u dan met de genoemde afdeling(en) of stuur een e-mail naar PatiëntService, psb@bernhoven.nl.

Bernhoven



Nistelrodeseweg 10

5406 PT UDEN

Postbus 707
5400 AS UDEN

T: 0413 - 40 40 40

E: communicatie@bernhoven.nl

I: www.bernhoven.nl

Ga naar

www.zorgkaartnederland.nl

Code: Datum gewijzigd: dinsdag 3 november 2020