Slijmbeursontsteking van de schouder

Schouderpijn is een veel voorkomend probleem. Deze pijn concentreert zich vaak onder de schouderkapspier (de deltoideus) en wordt vaak gediagnosticeerd als bursitis van de schouder. Dit betekent dat er een slijmbeursontsteking zou zijn.

In het schoudergewricht bevinden zich enkele slijmbeurzen. Deze bevinden zich op plaatsen waar wrijving kan optreden door bewegingen. Deze slijmbeurzen kunnen ontsteken als zij bijvoorbeeld door inklemming geïrriteerd raken. Deze ontsteking noemen we bursitis.

Dit kan pijnklachten geven van het gewricht, zowel in rust als bij beweging. Slechts zelden is een infectie de oorzaak van een slijmbeursontsteking.

Meer over slijmbeursontsteking van de schouder

Het is goed om u te realiseren dat de term slijmbeursontsteking een containerbegrip is en dat deze diagnose vaak ten onrechte wordt gebruikt. Daarom wordt dit soort (vaak chronische) schouderpijn een Subacromiaal Pijnsyndroom (SAPS) genoemd.

In deze tekst leggen we uit wat er aan de hand kan zijn, hoe wij dit verder diagnosticeren en hoe deze aandoeningen kunnen worden behandeld.

Symptomen

Een bursitis of subacromiaal pijnsyndroom kan veel pijn veroorzaken in de schouder en kan het bewegen van de arm bemoeilijken. Veel patiënten hebben 's nachts last van de pijn en kunnen geen comfortabele houding vinden om te slapen. De pijn straalt vaak uit van de schouder naar de bovenarm.

Doordat de slijmbeurs dicht bij de aanhechting van de rotator cuff zit, is het soms moeilijk om een slijmbeursontsteking van een peesontsteking te onderscheiden. Beide aandoeningen geven immers vergelijkbare klachten.

Onderzoeken

Voor schouderklachten zijn er in het St. Antonius Ziekenhuis speciale schouderspreekuren (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/6444), waarbij naast de orthopedisch chirurg ook onze schoudergespecialiseerde fysiotherapeuten (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/5888) aanwezig zijn.

Bij uw bezoek aan de polikliniek vindt een intakegesprek en een lichamelijk onderzoek plaats. Daarnaast kan het nodig zijn röntgenfoto's, een echografie of een MRI te laten maken om de diagnose te kunnen stellen en u een uitgebreid behandeladvies te kunnen geven.

Schouderspreekuren

Op het schouderspreekuur kan naast een uitgebreid schouderonderzoek, ook direct een echo van de schouder worden gemaakt als dit noodzakelijk is. Hierdoor kan meestal bij het eerste bezoek al de diagnose gesteld worden. Dit scheelt enorm veel tijd. Tijdens dit spreekuur wordt u gezien door een fysiotherapeut en een orthopeed. Samen met u komen zij tot een behandeling op maat.

Röntgenfoto

Zie: https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/rontgenfoto
Foto van het lichaam met röntgenstraling

MRI

Zie: https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/mri
Onderzoek via magnetische technieken

Behandelingen

Vaak geneest de slijmbeursontsteking vanzelf. Als de klachten aanhouden, kan gekozen worden voor één van de niet-operatieve behandelingen.

Niet-operatieve behandelingen

De behandeling kan bestaan uit:

- Rust (niet door de pijn heen bewegen).
- Pijnstillers die ook ontstekingsremmend werken (NSAID).
- Fysiotherapie: de fysiotherapeut kan u begeleiden in het doseren van de belasting, het optimaliseren van de bewegingsfunctie en het aanleren van alternatieve bewegingsstrategieën en opbouwen van de belastbaarheid. Over het algemeen is het de bedoeling dat u pijnvrij oefeningen gaat doen.
- Injecties met verdoving en/of ontstekingsremmers: deze brengen de ontstoken slijmbeurs en pees (pezen) tot rust.

Als de niet-operatieve behandelingen niet effectief blijken te zijn, kunt u met uw orthopedisch chirurg overleggen of er misschien afwijkingen in de schouder zijn die operatief kunnen worden verholpen.

Operatie

Tijdens een kijkoperatie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/3868)(artroscopie) wordt wat bot van de onderzijde van het schouderdak gehaald, zodat er meer ruimte ontstaat voor de rotator cuff. Ook wordt de slijmbeurs verwijderd.

Omdat dit soort operaties vaak een langdurige revalidatieperiode hebben en omdat niet alle patiënten hier gunstig op reageren, is dit vaak niet de eerste keuze van behandeling.

Als een scheurtje in de onderliggende pezen van de schouder (rotator cuffruptuur

(https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/3982)) de oorzaak van de klachten is, wordt deze gehecht. Bevindt zich in een van de pezen een grote kalkhaard (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/3994), dan wordt deze verwijderd.

Heeft u een niet-repareerbare peesscheur van uw schouder? Neem dan contact op met de Orthopedie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/136) van het St. Antonius Ziekenhuis. Wij kunnen u verder helpen.

Cuffrepair

Zie: https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/cuffrepair
Operatie aan een scheur in een pees, spier of het gewrichtskapsel van de schouder

Kijkoperatie schouder (artroscopie)

Zie: https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/kijkoperatie-schouder-artroscopie

Expertise en ervaring

- Onze orthopeden en fysiotherapeuten zijn gespecialiseerd in het behandelen van schouderklachten.
- Door de nauwe samenwerking op de schouderspreekuren is het vaak mogelijk bij het eerste bezoek al een diagnose te stellen.
- De effectiviteit van de behandelingen in het St. Antonius Ziekenhuis zijn te danken aan teamwerk. Naast de orthopeden en fysiotherapeuten werken we ook nauw samen met de musculo-skeletaal radiologen; dat zijn radiologen die gespecialiseerd zijn in het bewegingsapparaat. Ook fysiotherapeuten van het Schoudernetwerk, pijnbestrijding en de eerstelijns revalidatiecentra zijn enorm betrokken.
- Onze schoudergespecialiseerde orthopeden en fysiotherapeuten geven scholing aan huisartsen en fysiotherapeuten in de regio.
- Onze schouderorthopeden zijn instructeurs van de Advanced Shoulder Course van de Nederlandse Vereniging voor Artroscopie.
- Het specialisme Orthopedie van het St. Antonius Ziekenhuis loopt in Nederland voorop bij de (operatieve) behandelingen aan de schouder.

Schoudergewricht

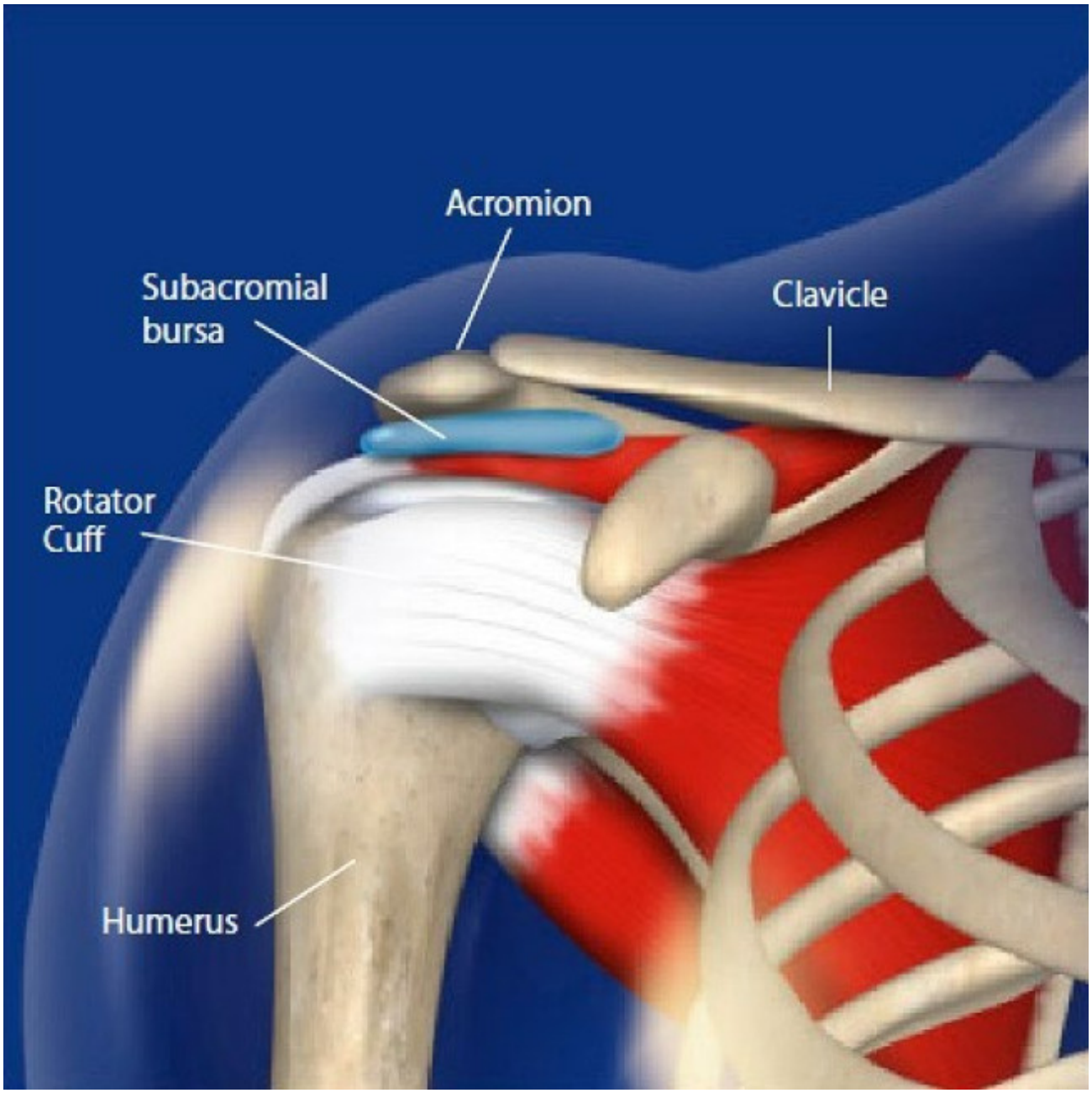
Het schoudergewricht wordt gevormd door een kom met daaraan het schouderblad en de kop van de bovenarm. Om het gewricht heen zit een gewrichtskapsel. Daaromheen lopen de stabiliserende spieren en pezen van het schoudergewricht. Deze spieren en pezen vormen samen de rotator cuff.

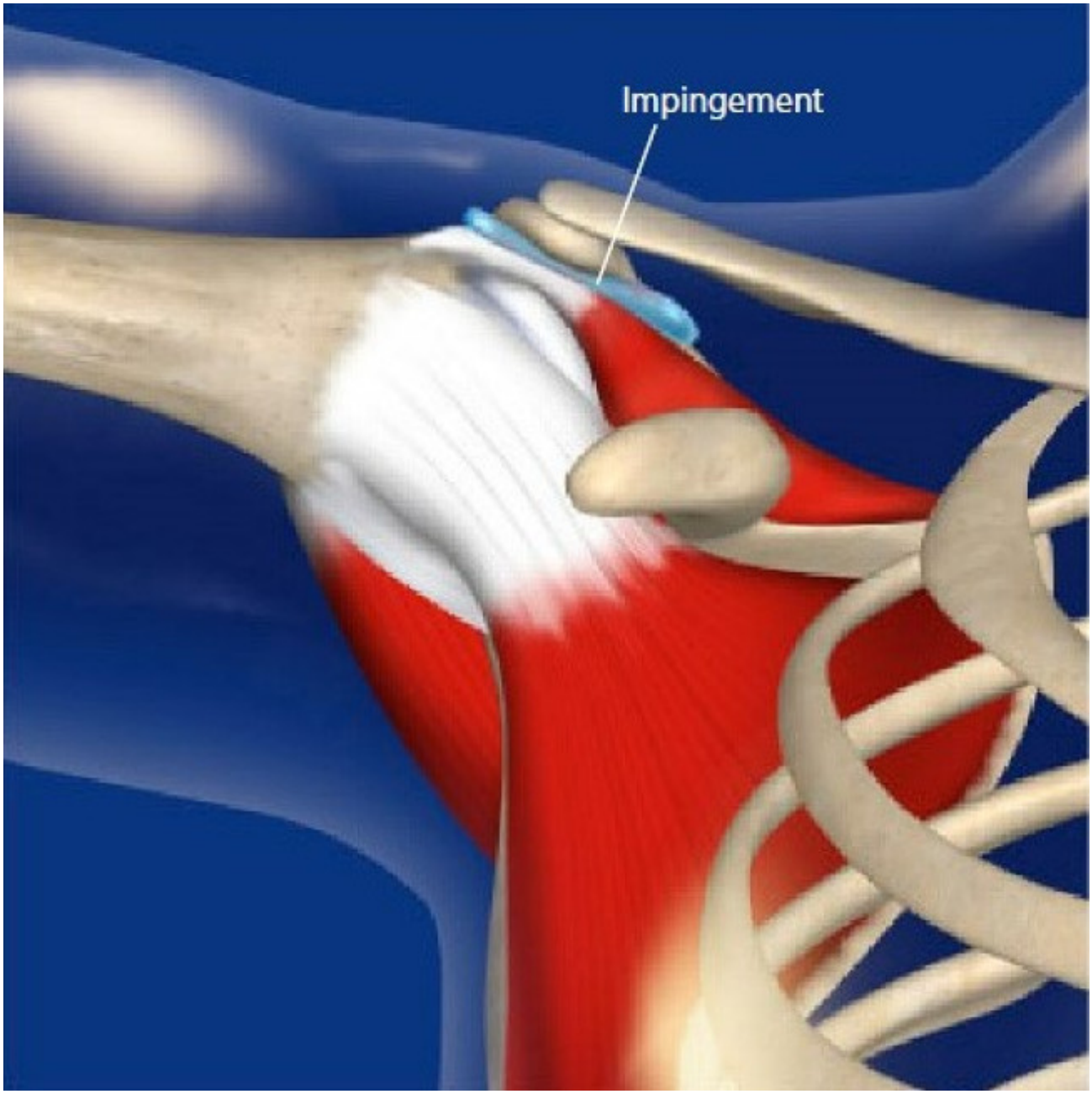
Tussen de rotator cuff en het schouderdak zit een slijmbeurs. Een slijmbeurs of bursa is een soort van kussentje dat gevuld is met vocht. De slijmbeurs zorgt ervoor dat de spieren en pezen soepel onder het schouderdak door kunnen bewegen.

Schoudergewricht met bursitis

Overbelasting is meestal de oorzaak van een slijmbeursontsteking. Als pezen en botgewrichten in korte tijd veel wrijving uitoefenen op de slijmbeurs, kan deze geïrriteerd en daarna ontstoken raken.

Een slijmbeursontsteking kan ook veroorzaakt worden door een verstoord bewegingspatroon. Dan kan de cuff en de slijmbeurs bekneld raken tussen de schouderkop en het schouderdak als u uw arm optilt. Hierdoor raakt de slijmbeurs geïrriteerd. Ook kan deze aandoening ontstaan als gevolg van beschadiging van de rotatorcuffspieren of door een directe val op de schouder.





Meer informatie

- Lees meer over Fysiotherapie bij schouderproblematiek (https://www.antoniusziekenhuis.nl/fysiotherapie/fysiotherapie-bij-schouderproblematiek).

Andere websites

- Vereniging voor Orthopedie (https://www.orthopeden.org/)

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

- Cuffruptuur (gescheurde schouderpees) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/aandoeningen/cuffruptuur-gescheurde-schouderpees)

- Verkalking van de schouder (tendinitis calcarea) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/aandoeningen/verkalking-van-de-schouder-tendinitis-calcarea)
- Impingement van de schouder (https://www.antoniusziekenhuis.nl/aandoeningen/impingement-van-de-schouder)

Behandelingen & onderzoeken

- Cuffrepair (https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/cuffrepair)
- Schouderspreekuur (https://www.antoniusziekenhuis.nl/schouderspreekuur)

Specialismen

- Orthopedie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/orthopedie)

Contact Orthopedie **T 088 320 23 00**