SLAP-laesie

Een SLAP-laesie is een veel voorkomende schouderblessure. Meestal begint de pijn in de schouder bij de lange bicepspees. De biceps is een spier aan de voorzijde in de bovenarm die helpt bij het buigen van de elleboog en bij het bewegen van de onderarm. Bij deze beweging wordt de hand open gedraaid, waardoor de handpalm naar boven wijst.

Een SLAP-laesie is een veel voorkomende schouderblessure, waarbij de aanhechting van de bicepspees (de spierbal) in de schouder is beschadigd.

Meer over SLAP-laesie

De biceps is een tweekoppige spier. De lange bicepspees zorgt voor 15% van de kracht en de korte voor 85%. De lange bicepspees hecht aan bij de bovenrand van de kom van de schouder (glenoid). Vervolgens loopt de lage bicepspees over de schouderkop en daalt dan aan de voorzijde van de schouderkop en bovenarm af richting de elleboog.

Waarschijnlijk is deze route de oorzaak van het feit dat de lange bicepspees een kwetsbare structuur is in de schouder. Problemen in deze structuur doen zich bijna altijd voor bij de aanhechting (SLAP-laesie). Maar soms ook in de tunnel waar de bicepspees doorheen loopt aan de voorzijde van de schouder (bicepstendinopathie). SLAP-laesie staat voor 'Superior Labral tear from Anterior to Posterior'. Dit betekent dat er een scheur zit bij de aanhechting van de bicepspees aan de bovenzijde van de kom van de schouder.

Zo'n scheur komt vooral voor bij werpsporters zoals honkballers, en bij andere bovenhandse sporten zoals tennis en volleybal. Daarnaast kan een SLAP-laesie ontstaan door bijvoorbeeld een val van de trap, waarbij iemand zich met de hand aan de leuning probeert vast te houden.

Symptomen

De klachten bestaan meestal uit pijn voor op de schouder of diep boven in de schouder. Vaak straalt de pijn uit naar de rest van de arm en soms naar de nek en schouderbladen. De pijn is vooral aanwezig bij heffen van de arm en na inspanning.

Onderzoeken

Bij uw bezoek aan de polikliniek vindt er naast een intakegesprek ook een lichamelijk onderzoek plaats waarbij we uw schouder onderzoeken. Daarnaast worden er röntgenfoto's gemaakt. Als uw arts vermoedt dat u inderdaad een SLAP-laesie heeft, kan gestart worden met specifieke fysiotherapie. Bij onduidelijkheid kan de SLAP-laesie in beeld gebracht worden met een MRI met contrastvloeistof.

MRI

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

Behandelingen

Niet-operatief

Een SLAP-laesie kan meestal goed worden behandeld met specifieke fysiotherapie. Hierbij wordt vooral veel aandacht gegeven aan de coördinatie van bepaalde bewegingen. De fysiotherapeut zal hiervoor meerdere oefeningen met u doornemen om zo de spierkracht en stabiliteit van uw schouder te optimaliseren. Daarnaast krijgt u, afhankelijk van uw werk, hobby's en sporten, specifieke leefregels, waarbij u met name bovenhandse activiteiten moet vermijden totdat de pijnklachten in uw schouder tot rust zijn gekomen.

Als de pijnklachten hevig zijn, kan uw orthopedisch chirurg u eventueel pijnstillers (paracetamol), ontstekingsremmers (NSAID's: bijvoorbeeld Ibuprofen of diclofenac) of zelfs een injectie met kenacort adviseren. Realiseert u zich wel dat deze medicijnen vooral bedoeld zijn om de klachten te onderdrukken, maar dat de beschadiging van uw pees hiermee niet wordt hersteld. Dit houdt in dat u zich, ook als de pijnklachten aanzienlijk milder zijn, uw bewegingspatroon moet aanpassen naar de adviezen van uw arts en fysiotherapeut.

Operatief

Soms geven fysiotherapie en pijnstillers/ontstekingsremmers niet het gewenste resultaat. In dat geval kan een (kijk)operatie van uw schouder de oplossing bieden. Hierbij zijn twee mogelijkheden. Er wordt een poging gedaan om het gescheurde bicepsanker te repareren door dit opnieuw aan het kommetje van uw schouder (glenoid) vast te hechten. Het theoretisch voordeel is dat de bicepspees weer normaal zou kunnen functioneren als dit goed geneest. Uit diverse wetenschappelijke onderzoeken blijkt echter dat een grote groep patiënten in bepaalde mate pijn en functieverlies aan een dergelijk herstel overhoudt.

Het alternatief is om de bicepspees los te maken van het kommetje (bicepspees tenotomie). Hierdoor wordt de spanning van het aangedane weefsel afgehaald en is er een grote kans op verlichting van uw klachten. Ook aan deze behandeling zitten weer specifieke voor- en nadelen.

Expertise en ervaring

Door kennis en kunde van orthopedisch chirurg en schouderfysiotherapeut op één spreekuur te combineren kunnen we van het begin af aan therapie op maat toepassen, zowel operatief als conservatief. Orthopedie van het St. Antonius Ziekenhuis behoort tot de voorhoede van het vakgebied als het gaat om (operatieve) behandelingen aan de schouder.

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

- Schouderinstabiliteit (https://www.antoniusziekenhuis.nl/aandoeningen/schouderinstabiliteit)

Specialismen

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

Contact Orthopedie	T 088 320 23 00