een santeon ziekenhuis

Gebroken pols bij volwassenen

Een polsbreuk is een van de meest voorkomende botbreuken. Deze breuk wordt doorgaans met gips behandeld.

De pols is het gewricht dat wordt gevormd door de handwortelbeentjes in de hand en de twee onderarmbotten: het spaakbeen en de ellepijp (zie onderstaande tekening).

Meer over polsbreuk



Bij een polsbreuk is er een breuk van het spaakbeen, ellepijp of beide botten dichtbij de pols. Soms gaat het alleen om een scheurtje in het bot, maar er kunnen ook botstukken worden verplaatst.

Behandeling

Gipsspalk

Bij een goede stand van de botdelen, wordt een gipsspalk aangelegd. Als de botdelen te veel zijn verplaatst, moet de pols worden 'gezet' (teruggeplaatst). Dit gebeurt meestal onder plaatselijke verdoving. In het gebied van de breuk wordt dan verdovingsvloeistof gespoten. Deze verdoving werkt ongeveer een uur.

Ook na het zetten van de pols wordt een gipsspalk aangelegd. Er wordt een röntgenfoto gemaakt om te controleren of de juiste stand is bereikt. Als dit niet het geval is, kan een operatie nodig zijn.

De arts bepaalt hoelang u gips krijgt. Meestal is dit 4 à 5 weken. Bij de eerstvolgende controle-afspraak wordt de stand van de botdelen opnieuw beoordeeld.

Pijnstilling

U krijgt een recept mee voor een pijnstiller. De volgende dag heeft u meestal minder pijn. Als de voorgeschreven pijnstilling niet voldoende is, adviseren wij u contact met ons op te nemen. Een 'gezette' pols kan langdurig en fors pijnlijk zijn.

Let op: als u bloedverdunnende medicijnen gebruikt, moet u dit aan de arts melden. Hier wordt dan bij het voorschrijven van een pijnstiller rekening mee gehouden.

Nazorg

Draagdoek en rust

U gaat naar huis met een draagdoek (mitella), zodat uw arm rust krijgt. Deze draagdoek kan 's nachts af. U kunt de arm zo nodig ter ondersteuning op een kussen leggen. Zorg ervoor dat de hand hoger is dan de elleboog. Hiermee voorkomt u dat uw vingers te veel zwellen.

Bewegen

- Beweeg uw vingers, elleboog en schouder om stijfheid te voorkomen. Doe dit op geleide van klachten.
- U mag met de vingers en de hand doen wat het gips toelaat, zolang het geen pijn doet.
- Meestal is de zwelling binnen een week afgenomen. In principe hoeft u de mitella dan niet meer te gebruiken.

Herstel

De herstelperiode na een polsbreuk verschilt per persoon. Na het verwijderen van het gips moet u de belasting op de pols rustig opbouwen. Volledig normaal en pijnvrij gebruik van de pols zal meestal pas na 3 maanden worden bereikt. Soms kan na de gipsbehandeling hulp van een fysiotherapeut zinvol zijn.

Contact opnemen

Neem contact op wanneer, ondanks het hoog houden van uw arm:

- Uw vingers of tenen gaan tintelen, erg dik worden of erg paarsblauw of bleek verkleuren. **Let op:** als uw pols 'gezet' is, gaat dit altijd gepaard met opzwellen en een blauwe verkleuring.
- U uw vingers niet of nauwelijks kunt bewegen.
- U in het gips pijn of knelling voelt die niet overgaat. Pijn op de plaats van de breuk is meestal niet verontrustend.
- Uw gips nat is geworden.

De Gipskamer van het St. Antonius Ziekenhuis is op werkdagen tussen 08.30 en 16.30 bereikbaar op:

- Gipskamer locatie Nieuwegein: 088 320 27 05
- Gipskamer locatie Utrecht: 088 320 27 06
- Gipskamer locatie Woerden: 088 320 46 21

Buiten deze tijden en in het weekend kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp (https://www.antoniusziekenhuis.nl/spoedeisende-geneeskunde).

Veilige zorg in het ziekenhuis

In het St. Antonius Ziekenhuis staat veiligheid voorop. Onze medewerkers doen er alles aan om uw bezoek aan het ziekenhuis zo goed mogelijk te laten verlopen. Help ons a.u.b. om goed voor u te zorgen door ons te vertellen:

- Welke medicijnen u gebruikt.
- Of u allergieën heeft.
- Of u (mogelijk) zwanger bent.
- Als u iets niet begrijpt.
- Wat u belangrijk vindt.
- Als u iets ziet wat niet schoon is.

Bereid uw gesprek met uw zorgverlener goed voor. Voor tips: Begin een goed gesprek (https://begineengoedgesprek.nl/)

Op de website van de Nederlandse Patiëntenfederatie (https://www.patientenfederatie.nl) leest u meer over hoe u zelf kunt bijdragen aan veilige zorg.

Meer informatie

Bij dringende vragen of problemen voorafgaand aan uw behandeling kunt u het beste contact opnemen met de afdeling waar de behandeling plaats gaat vinden. Wanneer u vragen heeft of zich thuis na de operatie problemen voordoen, neem dan contact op met de huisarts of het ziekenhuis.

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

- Revalidatieoefeningen pols en hand (https://www.antoniusziekenhuis.nl/revalidatieoefeningen-pols-en-hand)

Specialismen

- Spoedeisende Geneeskunde (https://www.antoniusziekenhuis.nl/spoedeisende-geneeskunde)
- Hand- en polschirurgie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/hand-en-polschirurgie)
- Chirurgie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/chirurgie)

Contact Spoedeisende Geneeskunde **T 088 320 33 00**