

Een golfelleboog

Poli Chirurgie
Route 10

Poli Orthopedie
Route 16

R331.29 1999-11

1110333

Vogelsbleek 5
6001 BE Weert
T. 0495 - 57 21 00
www.sjgweert.nl

Bij u is de diagnose golfelleboog (“epicondylitis medialis syndroom”) gesteld. Deze folder geeft u uitleg over deze aandoening.

Wat is een golfelleboog?

De onderarmspieren zitten vlak bij het elleboogsgewricht vast aan het bovenarmbeen.

Een golfelleboog is een irritatie van de aanhechting van de spieren aan de binnenzijde van de elleboog. Dit veroorzaakt pijnklachten.

Wat is de oorzaak?

Een golfelleboog wordt veroorzaakt door overbelasting. Niet alleen tijdens het golven, maar na elke overbelasting kan deze aandoening ontstaan. Oorzaken zijn bijvoorbeeld zwaar handwerk, tillen van kinderen en poetswerk.

Wat zijn de klachten?

Een golfelleboog komt meestal maar aan één arm voor. De klachten kunnen erg verschillend zijn.

Veel voorkomende klachten zijn:

- Een uitstralende pijn naar de onderarm, de vingers of de bovenarm.
- Pijn bij druk op de elleboog.
- Krachtsvermindering bij knijpen en wringen.
- Nachtelijke pijn bij het strekken van de arm.

Hoe wordt de diagnose golfelleboog gesteld?

Op grond van beschrijving van de klachten wordt de diagnose vaak al vermoed. Alleen lichamelijk onderzoek is voldoende om een golfelleboog vast te stellen.

De aandoening is niet met een röntgenfoto of "scan" vast te stellen. Soms wordt toch een foto gemaakt om andere oorzaken uit te sluiten.

Bij het lichamelijk onderzoek worden testjes uitgevoerd waardoor extra druk op de aanhechtingsplaats ontstaat. Hierdoor kunnen de klachten tijdelijk toenemen.

Welke behandelingen zijn mogelijk?

Er zijn meerdere behandelingsmogelijkheden voor een golfelleboog, namelijk:

- rust en medicijnen.
- speciale bandage.
- injecties.
- rust-gips.

Indien desondanks de klachten niet overgaan kan tot een operatie worden besloten.

Heeft u nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Uw huisarts kan u meestal voldoende adviseren.

Voor spoedeisende vragen kunt u tijdens kantooruren bellen naar de polikliniek.

Poli Chirurgie: 0495 - 57 22 76.
Poli Orthopedie: 0495 - 57 21 61