

## Weer thuis

Houdt de hand hoog in een mitella (draagdoek). Regelmatig oefenen is erg belangrijk! Maak elke twee uur zo veel mogelijk een vuist door in het verband te knijpen. Houdt dit 10 tellen vast en laat dan weer los. Streck hierna de vingers geheel en houdt dit weer 10 tellen vol. Herhaal dit buigen en strekken weer 5 X. Fysiotherapie is niet nodig.

Na twee dagen mag het drukverband worden verwijderd.

Rijdt de eerste week zelf geen auto. Doe dit pas weer nadat de hechtingen zijn verwijderd.

Zorg er voor dat het verband en de hand niet nat of erg vuil worden totdat de hechtingen zijn verwijderd. Dit geeft kan op wondinfecties.

Belast de hand de eerste week niet en til niet. U mag de hand wel gebruiken voor lichte werkzaamheden zoals schrijven, eten, een kopje koffie drinken enzovoorts.

Bij pijn kunt u het beste PARACETAMOL (500 mg) nemen. Neemt de eerste keer 2 tabletten. Daarna kunt u, afhankelijk van de pijn, tot maximaal 6 tabletten per 24 uur innemen. Paracetamol kunt u zonder recept bij de drogist of apotheker kopen.

## Hoe verloopt het herstel na de operatie?

De eerste week kunt u met de hand weinig doen. Het duurt zeker 6 weken voordat stevig vastgrijpen geen last meer geeft. Pas na 3 maanden is het littekentje weer soepel.

## De nacontrole

Een controleafspraak voor de polikliniek wordt gemaakt.

## Heeft u nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Uw huisarts kan u meestal voldoende informeren. Bij spoedeisende vragen kunt u tijdens kantooruren bellen naar:

poli Orthopedie: 0495 - 57 21 61  
poli Chirurgie: 0495 - 57 22 76

Buiten kantooruren:  
Spoedeisende Hulp 0495 - 57 26 10



# Operatie aan een Morbus Quervain (irritatie van de peesscheden van de duim)

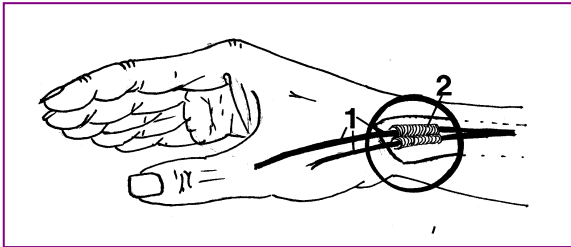
Poli Chirurgie  
Route 10

Poli Orthopedie  
Route 16

***U wordt binnenkort behandeld aan een peesschede-irritatie van de pezen van de duim (Morbus Quervain). Deze folder kan u helpen zich goed op deze operatie voor te bereiden.***

### **Wat is een Morbus Quervain?**

Om de duim en pols te bewegen zijn pezen nodig. De pezen (1) glijden door een huls ('peesschede') (2). Door een irritatiereactie kan de pees plaatselijk dikker worden of de peesschede wat nauwer. De pees kan dan moeilijker door de peesschede glijden. Bij de ziekte van Quervain (Morbus Quervain) bestaat er een irritatie van de peesscheden van de duim. Het is een onschuldige maar hinderlijke aandoening.



### **Wat is de oorzaak?**

De oorzaak is meestal tijdelijke of chronische overbelasting. In sommige gevallen is een ongeval de oorzaak.

### **Wat zijn de klachten?**

De meest voorkomende klachten zijn:

- Pijn bij het buigen en strekken van de duim, vooral bij het grijpen en wringen.
- Zwelling over de duimzijde van de pols.

### **Hoe wordt de diagnose Morbus Quervain gesteld?**

Op grond van uw klachten wordt de diagnose vaak al vermoed. Alleen lichamelijk onderzoek is voldoende voor de diagnose. Een röntgenfoto of "scan" is niet nodig.

### **Welke behandelingen zijn mogelijk?**

Bij kortdurend bestaande klachten zijn pijnstillers, een steunend verband en rust meestal voldoende om de aandoening te genezen. Bij langer durende klachten kan een rustgips worden voorgeschreven. Soms kan dit worden gecombineerd met corticosteroid injectie(s) in de peesschede(n). Bij blijvende klachten of blokkering kan een operatie zinvol zijn.

### **Hoe bereidt u zich voor?**

Rijdt zelf op de dag van de operatie geen auto. Laat u door iemand anders brengen en halen.

### **Wat wordt bij de operatie gedaan?**

De operatie gebeurt poliklinisch onder plaatselijke verdoving. Via een klein sneetje (2-3 cm) dwars of in de lengterichting op de duimzijde van de pols worden de peesscheden in de lengterichting open gesneden. Hierdoor ontstaat weer voldoende ruimte voor de pezen.

De huid wordt met hechtingen gesloten. Er komt een verband om de pols.

### **Na de operatie**

Na de operatie valt de pijn meestal erg mee. Het gevoel in de duim en wijsvinger kan soms nog enkele uren weg blijven. U krijgt een draagdoek (mitella) om de hand hoog te kunnen houden.

### **Wat zijn de mogelijke complicaties van de operatie?**

De kans op complicaties is klein. Mogelijke complicaties zijn:

- Bloeduitstorting. Dit gaat meestal vanzelf weer weg.
- Wondinfectie. Dit kan worden behandeld met antibiotica.
- Overrekking van kleine zenuwtjes, waardoor (meestal tijdelijk) een doof gevoel ontstaat in de duim en/of de handrug.
- Posttraumatische dystrofie (zeer zeldzaam).