

Een tennis-elleboog

Poli Chirurgie
Route 10

Poli Orthopedie
Route 16

R331.38 0608

1012799

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

Bij u is de diagnose tennis-elleboog ("epicondylitis lateralis syndroom") gesteld. Deze folder geeft u uitleg over deze aandoening.

Wat is een tennis-elleboog?

De onderarmspieren zitten vlak bij het elleboogsgewricht vast aan het bovenarmbeen. Een tennis-elleboog is een irritatie van de aanhechting van de spieren aan de buitenzijde van de elleboog. Dit veroorzaakt pijnklachten.

Wat is de oorzaak?

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

Wat zijn de klachten?

Een tennis-elleboog 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 tennis-elleboog gesteld?

Op grond van beschrijving van de klachten wordt de diagnose vaak al vermoed. Alleen lichamelijk onderzoek is voldoende om een tennis-elleboog 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 tennis-elleboog, namelijk:

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

Indien 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.