



Sleutelbeenbreuk

ZOL GENK
Campus Sint-Jan
Synaps Park 1
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara
Bessemerstraat 478
B 3620 Lanaken
Medisch Centrum André Dumont
Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN
Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

ZOL GENK
tel. +32(0)89 32 50 50
ZOL MAAS EN KEMPEN
tel. +32(0)89 50 50 50
info@zol.be

Beste patiënt,

U heeft zopas onze dienst Spoedgevallen bezocht omwille van een sleutelbeenbreuk.

Met deze brochure willen wij u graag meer informatie geven over het letsel dat u opliep. Wij hebben een aantal nuttige tips op een rijtje gezet, zodat u deze thuis nog eens rustig kan lezen.

We willen er uw aandacht op vestigen, dat de behandeling die de arts bij u heeft ingesteld en ook de adviezen die hij u daaromtrent gaf, kunnen afwijken van de inhoud van deze brochure.

Volg in dat geval steeds de instructies van uw arts.

INHOUDSTAFEL

1. Wat is een sleutelbeen?	3
2. Hoe ontstaat een sleutelbeenbreuk?	3
3. Symptomen	3
4. Diagnose	3
5. Behandeling	4
6. Tips voor thuis	4
7. Contact	5

01 WAT IS EEN SLEUTELBEEN?

Het sleutelbeen (clavicula) is een rond bot dat het schouderblad verbindt met het borstbeen. Aan beide uiteinden zit een gewricht met een kraakbeenschijf.

02 HOE ONTSTAAT EEN SLEUTELBEENBREUK?

De sleutelbeenbreuk is één van de meest voorkomende botbreuken. Deze breuk komt vooral voor bij kinderen en jongvolwassenen aangezien het sleutelbeen pas volledig is uitgehard op de leeftijd van 20 jaar. Ook atleten, sportbeoefenaars en oudere mensen lopen een groter risico.

Een breuk in het sleutelbeen treedt vaak op door een val op de schouder of een directe klap. De kracht van de val wordt via het schouderblad overgebracht op het sleutelbeen.

03 SYMPTOMEN



- De schouder hangt af (naar beneden en naar voren).
- U heeft pijn en kan daardoor uw arm niet optillen.
- Er kan een zwelling en een bloeding ter hoogte van de breuk zijn.
- Hoewel de huid vrijwel nooit doorboord wordt, kan een stuk bot wel tegen de huid aan-drukken en aldus een uitsteek-sel veroorzaken.

04 DIAGNOSE

- Uitwendig lichamelijk onderzoek
- Röntgenfoto

05 BEHANDELING

Sleutelbeenbreuken genezen meestal spontaan mits voldoende rust en met behulp van een cijfer 8-verband. Dit verband fixeert de positie van het sleutelbeen en vermindert zo de pijn.

Enkele aandachtspunten m.b.t. het verband:

- het verband moet steeds worden aangelegd op de blote huid.
- tijdens het douchen/baden kan het verband worden afgedaan. Laat je helpen om het verband terug aan te leggen. Breng hiervoor de beide schouders goed naar achteren vooraleer het verband wordt aangespannen. Zet de handen in de zij tijdens het aanspannen.
- meestal moet dit cijfer 8-verband 3 tot 5 weken gedragen worden.

06 TIPS VOOR THUIS

- Om verstijving van de schouder te voorkomen moet u zodra het mogelijk is, binnen de pijngrens, draaioefeningen met de schouder uitvoeren.
- Na 4 tot 6 weken dient u de arm weer goed boven het hoofd te kunnen bewegen. Indien dit niet lukt, neemt u best contact op met uw huisarts of specialist. Deze kan dan beoordelen of fysiotherapie nodig is.
- Na een 6-tal weken is de breuk meestal genezen, zodat de meeste arbeid weer verricht kan worden. Zware lichamelijke arbeid, waarbij de schouder wordt belast, zal enkele weken langer moeten wachten. Met sporten wacht u best tot de volledige schoudersterkte is teruggekeerd.
- Een grote zwelling zal zich ontwikkelen als onderdeel van het genezingsproces. Deze verdwijnt meestal na een tijdje, maar een kleine zwelling kan blijven.

Indien u nog vragen heeft, kan u zich steeds wenden tot uw behandelende arts of een verpleegkundige van onze dienst.

07 CONTACT

Bij vragen of problemen kan u contact opnemen met:

- Uw huisarts
- **Dienst Spoedgevallen:**
ZOL Genk, campus Sint-Jan:
tel. 089 32 51 40
ZOL Maas en Kempen:
tel. 089 50 60 00
- **Raadpleging Orthopedie (binnen de kantooruren):**
ZOL Genk, campus Sint-Jan:
tel. 089 32 61 01
ZOL Maas en Kempen:
tel. 089 50 57 30
- **Algemeen nummer ziekenhuis:**
ZOL Genk, campus Sint-Jan:
tel. 089 32 50 50
ZOL Maas en Kempen:
tel. 089 50 50 50

Wij wensen u een spoedig en volledig herstel toe!



www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be