

Clavicula-fractuur (Sleutelbeen breuk)

Instructies

Inleiding

Op de Spoedeisende Hulp is bij u een clavicula fractuur (sleutelbeen breuk) vastgesteld. Deze folder geeft u informatie over de behandeling.

De clavicula fractuur is één van de meest voorkomende botbreuken. Het sleutelbeen kan op twee plaatsen breken:

- in het midden van de clavicula (schacht)
- aan het uiteinde van de clavicula

Een breuk in het midden geneest vaak zonder operatie. De clavicula is goed te onderzoeken. De arts kan snel vaststellen of de clavicula gebroken is. Een röntgenfoto is daarom niet altijd nodig.

Behandeling

De breuk geneest sneller als u uw arm niet gebruikt. Daarom krijgt u een mitella (driekante doek) zodat uw arm rust krijgt. Heeft uw clavicula een sterk afwijkende stand? Dan wordt dit in de loop van de eerste week meestal minder. U draagt de mitella drie tot vijf weken. Na zes weken is de breuk zodanig genezen, dat u uw arm weer kunt gebruiken. Bij zware lichamelijke arbeid, waarbij u de schouder veel belast, zal u misschien enkele weken langer moeten wachten. Na de genezing van de breuk kan een verdikking van het bot op de plek van de breuk zichtbaar blijven.

Leefregels

Tijdens douchen/baden en 's nachts mag de mitella af.

Om verstijving van uw schouder te voorkomen, moet u zodra het mogelijk is, elk uur draaioefeningen doen met uw schouder. Dat doet u door uw bovenlichaam voorover te buigen zodat uw arm in de mitella vrij komt te hangen en u draaiende bewegingen kunt maken met uw schouder.

Strek elk uur uw elleboog meerdere keren.

Algemene regel: luister naar uw lichaam. Als u geen pijnklachten meer heeft, is de mitella niet meer nodig.

Alles wat mogelijk is, zonder dat dit pijn veroorzaakt, is toegestaan.

Tegen de pijn kunt u een pijnstilling nemen.

Nabehandeling

Controle vindt plaats op de polikliniek bij een specialist. Hier krijgt u adviezen over de verdere behandeling.

Operatie?

Geneest bij u de breuk niet? Of geneest het bot niet goed zodat u uw schouder niet goed kunt gebruiken? Dan is een operatie nodig. In sommige gevallen is al meteen een operatie nodig. Namelijk bij:

- een bot dat door de huid heen dreigt te gaan;
- het ontstaan van neurologische klachten van de zenuwen naar de arm onder de clavicula;
- een volledig verplaatste breuk in het middelste deel van de clavicula;
- een breuk aan het uiteinde van de clavicula.

Pijn

Bij pijnklachten kunt u gerust een pijnstiller zoals paracetamol gebruiken. U mag maximaal 8 tabletten van 500 mg per dag gebruiken (vier keer twee tabletten). Bij aanhoudende pijnklachten kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp of met uw huisarts als de behandeling daar voortgezet wordt.

Contact

Uiteraard kunt u als u nog vragen heeft contact met ons opnemen. Wij zijn 24 uur per dag bereikbaar op telefoonnummer: (0320) 271 750.

MC Zuiderzee
Ziekenhuisweg 100
8233 AA Lelystad
(0320) 271 911
www.mczuiderzee.com

MC Emmeloord
Urkerweg 1
8303 BX Emmeloord
(0527) 63 76 37
www.mcemmeloord.com

MC Dronten
Het Zwarte Water 77
8253 PD Dronten
(0320) 271 911
www.mcdronten.com

Polikliniek Urk
Gezondheidscentrum
Het Dok
Vlechttuinen 1
8322 BA Urk