Bovenarm breuk

Subcapitale humerus fractuur

ijsselland ziekenhuis

Hier gaat het om u.

www.ysl.nl

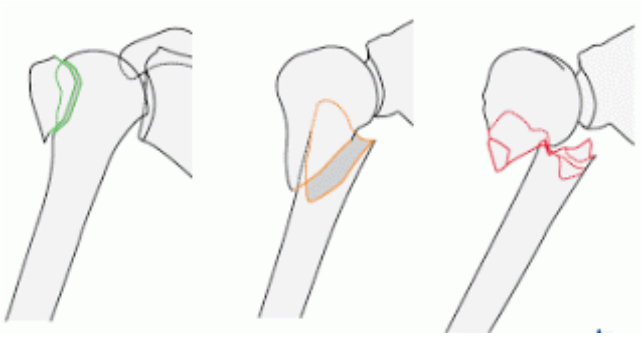
Patiënteninformatie

De arts of verpleegkundig specialist op de Spoed Eisende Hulp (SEH) heeft u verteld dat uw bovenarm gebroken is (subcapitale humerus fractuur). In deze folder leest u over de klachten en de behandeling van een bovenarm breuk.

Wat is een subcapitale humerus fractuur

Een subcapitale humerus fractuur is een breuk van de bovenarm, net onder het schoudergewricht. Een subcapitale humerus fractuur ontstaat vaak door een val op een gestrekte arm.

Wat zijn de verschijnselen



Bij deze breuk heeft u veel pijn in uw bovenarm en het schoudergewricht. Dit komt doordat de losse botdelen ten opzichte van elkaar bewegen. Ook kunt u uw arm minder goed gebruiken door de breuk.
Vaak is er een bloeduitstorting (hematoom) en zwelling. Deze bloeduitstorting blijft enige tijd bestaan en verandert van kleur en plaats (hij zakt uiteindelijk naar het laagste punt). U hoeft zich hier niet ongerust over te maken.

De behandeling op de Spoedeisende Hulp

De arts of verpleegkundig specialist heeft u onderzocht en er is een röntgenfoto van uw bovenarm gemaakt. Aan de hand van deze foto kan uw behandelend arts of verpleegkundig specialist zien waar de breuk precies zit en of de botdelen verplaatst zijn.

Als de fractuurdelen ten opzichte van elkaar niet zijn verplaatst, bestaat de behandeling van deze breuk uit het beperken van beweging. Dit gebeurt door middel van een draagband (sling) die u van de SEH verpleegkundige krijgt. Het is hierbij belangrijk dat u de elleboog zo veel mogelijk naar beneden laat hangen (door zijn eigen gewicht) en uw pols iets hoger dan uw elleboog houdt.

Dan komt de bovenarm weer recht onder de afgebroken kop van uw bovenarm te hangen. Zo kan hij in een goede stand spontaan genezen. **In deze periode mag de arm/elleboog zeker niet naar boven toe worden bewogen want dan verslechtert de stand van de breuk.** U heeft dus voor uw gebroken arm een ‘armleuning-verbod’.

Soms geneest de breuk niet door rust alleen.
Bijvoorbeeld wanneer de botdelen na een week nog altijd sterk verplaatst zijn. Een operatie kan dan nodig zijn, afhankelijk van uw leeftijd en het soort breuk.

Wanneer de kop van de bovenarm zelf in meer dan drie delen is gebroken dan zal een operatie (zeker in geval van oudere patiënten) de functie meestal niet verbeteren. Bij hardnekkige pijnklachten kan een schouderprothese worden overwogen.

Leefregels

- Probeer uw arm in de eerste week zo veel mogelijk rust te geven. Doe de sling niet af in de eerste week, behalve tijdens het slapen. Een extra kussen langs het lichaam kan dan uitkomst bieden. Dit kan het wegdraaien van de gebroken arm voorkomen. Plaats het kussen niet ónder uw arm, dit omdat uw arm juist moet afhangen.
- Als u in bed gaat liggen, is een halfzittende houding aan te bevelen. Uw arm heeft dan dezelfde houding als overdag. Ook bent u hierdoor beter in staat om in en uit bed te komen.
- Bij douchen en aankleden mag de sling tijdelijk even af. Zorg ervoor dat u de arm niet beweegt en dat u geen onverwachte bewegingen maakt.
- Tijdens het aankleden kunt u het beste beginnen met de aangedane zijde en daarna de gezonde zijde. Tijdens het uitkleden past u de tegenovergestelde volgorde toe.

- Om verstijving van de schouder te voorkomen moet u, zodra het mogelijk is (meestal na één week), draaioefeningen met uw schouder doen. Dat doet u door uw bovenlichaam voorover te buigen, zodat uw arm in de sling vrij komt te hangen. U kunt nu draaiende bewegingen maken met de schouder (alsof u in de soep roert).
- Met hetzelfde doel moet u 4 tot 6 keer per dag de arm uit de sling halen en proberen om de elleboog recht te maken (arm naar beneden laten hangen). Daarna buigt en strekt u de elleboog een paar keer om verstijving van de elleboog te voorkomen.
- U kunt pijnstilling innemen volgens voorschrift van de arts.

U krijgt een afspraak mee voor controle na ongeveer een week op de polikliniek Chirurgie. Tijdens deze controle beoordeelt de arts of uw arm goed herstelt. Meestal krijgt u oefeningen mee naar huis.

Heeft u nog vragen?

Neem dan op werkdagen tijdens kantooruren contact op met de polikliniek Chirurgie op telefoonnummer**010 - 258 5910.**
Buiten deze tijden en in het weekend kunt u contact opnemen met de SEH op telefoonnummer 010 - 258 5125.

Verder nog van belang
Deze folder ondersteunt de mondelinge informatie die u van arts of verpleegkundige krijgt. Vraag het hen als u meer wilt weten over onderzoek, operatie, gevolgen, risico's of andere behandelmogelijkheden.
Ontdek Mijn IJsselland De toegang tot uw eigen gegevens, dossier, afspraken en vragenlijsten **mijn-ijsselland**
Aanbevolen websites Betrouwbare medische informatie, aanbevolen door onze zorgverleners **aanbevolen-websites**
IJsselland Folders Al onze patiëntenfolders kunt u opzoeken en lezen in onze Folder Web App **folder app**

ijssel land ziekenhuis

SEH.015 / 220121.JH