

Gebroken 5^e middenhandsbeentje

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op www.asz.nl/brmo.

**albert
schweitzer**

Inleiding

Bij een gebroken 5e middenhandsbeentje heeft u een breuk in de buurt van de knokkel van uw pink. Voor de behandeling krijgt u tape en een drukverband.



Samenvatting

- U heeft een breuk in het middenhandsbeentje van uw pink.
- U herstelt meestal goed.
- Een afspraak op de polikliniek is meestal niet nodig.
- Verwijder het drukverband in week 1 als uw hand niet te veel pijn doet.

- Verwijder de buddy tape tussen week 1 en 3 als uw hand niet te veel pijn doet.
- Beweeg uw vinger zodra dit kan. Uw vinger wordt dan niet stijf.
- U moet oefeningen doen. Zie verderop in deze folder. U kunt deze informatie ook bekijken in de Virtual Fracture app:



Klik de advertentie weg die u ziet als u de qr-code scant. Daarna kunt u de app downloaden.

- Heeft u tijdens het herstel vragen of klachten? Bel dan de Breuklijn op (078) 652 32 59. Dit kan van maandag tot en met vrijdag tussen 08.30-12.00 uur.

Behandeling

Een gebroken middenhandsbeentje komt vaak voor. U krijgt een behandeling met tape, ook wel buddy tape genoemd. Soms krijgt u een behandeling met speciaal klittenband, ook wel buddy loop genoemd.

U krijgt ook een drukverband. Zo heeft u minder pijn en herstelt uw hand het snelst.

Week 1

- Drukverband verwijderen zodra het niet te veel pijn meer doet.
- Buddy tape blijven dragen.

Tussen week 1 en 3

Buddy tape verwijderen zodra het niet te veel pijn meer doet.

Tussen week 3 en 6

Hand vrij bewegen zonder buddy tape.

Na 6 weken

U mag weer sporten.

Instructies

Volg de volgende instructies om te zorgen dat u zo goed mogelijk herstelt:

- Probeer uw hand te gebruiken zoals u dat altijd doet, ook als u een drukverband en buddy tape heeft. Stop als het te veel pijn doet.
- Begin zo snel mogelijk met oefeningen. Zie verderop in deze folder.
- U kunt het drukverband en de buddy tape vervangen, als het bijvoorbeeld vies is geworden. U kunt drukverband en buddy tape kopen bij de drogist. In de app staat uitgelegd hoe u een drukverband en buddy tape moet omdoen. Zie verderop in deze folder.
- Als uw hand niet te veel pijn meer doet, mag u het drukverband verwijderen. Verwijder de buddy tape tussen week 1 en 3, als uw hand niet te veel pijn doet.
- Als u pijn heeft, kunt u paracetamol gebruiken. Gebruik maximaal 4 keer per dag 2 tabletten paracetamol van 500 mg. Doe dit maximaal 7 dagen.
- Na 6 weken mag u weer sporten, als uw hand niet te veel pijn doet. Na 8 tot 10 weken mag u weer vechtsporten doen.

Herstel

- Een controleafspraak op de polikliniek is vaak niet nodig. Meestal bent u na enkele weken hersteld. Het kan tot 6 weken duren voordat u uw hand weer helemaal kunt gebruiken.
- In deze folder staan oefeningen om te herstellen. Als u na 6 weken nog veel last heeft van uw hand en vingers, kunt u hulp van een handtherapeut vragen.
- Als u veel pijn heeft en die pijn na 3 weken niet minder wordt, bel dan de Breuklijn. Als een controle dan toch nodig is, maken we een afspraak.
- Soms is de knokkel van uw pink na het herstel minder goed te zien. Het middenhandsbeentje kan ook iets korter zijn geworden. Dit is niet erg.

Vervangen drukverband

Klik [hier](#) om een film te bekijken over het vervangen van het drukverband.

Oefeningen

Om te zorgen dat uw hand niet stijf wordt en u geen kracht verliest, moet u oefeningen doen. Klik [hier](#) om een film met oefeningen te bekijken.

- Doe de oefeningen minstens 3 keer per dag.
- Doe elke oefening 10 tot 15 keer.
- Oefen steeds iets meer.
- U kunt eventueel in warm water oefenen, bijvoorbeeld met een stressballetje.
- Probeer uw hand te gebruiken zoals u dat altijd doet.

Vragen?

Bel de Breuklijn, tel. (078) 652 32 59. Dit kan van maandag tot en met vrijdag tussen 08.30-12.00 uur.

Of kijk op www.asz.nl.

Geef hier uw mening over deze folder: www.asz.nl/foldertest

Disclaimer:

De afbeelding en tekst is met toestemming van het OLVG overgenomen.

Albert Schweitzer ziekenhuis
juni 2024
pavo 1887