

Gipskamer/Spoedeisende Hulp

PATIËNTENINFO

Groene Hart Ziekenhuis 
Open voor iedereen

Twijgbreukje in de pols van uw kind

Brek in de ellepijp of het spaakbeen bij de pols

Inleiding

Uw kind heeft een kleine breuk in de ellepijp. Of in het spaakbeen bij de pols. We noemen dit ook wel twijgbreukje. Het knikje in het bot lijkt op het buigen van een flexibel takje van een boom.

De behandeling

Uw kind krijgt een afneembare brace en een sling (een soort mitella). Deze houden de arm in een prettige positie.

Week	Actie
0-2	Verwijder de sling als de pijn het toelaat.
	Blijf de brace nog dragen.
2-3	Verwijder de brace zodra de pijn het toelaat.
3-5	Uw kind mag de pols vrij bewegen.
5 en verder	Uw kind mag weer sporten en gymmen.

Zo zorgt u voor goede genezing

- **Doe de sling af als de pijn het toelaat**
De brace mag u na 2 weken verwijderen. Heeft uw kind nog veel pijn? Dan bouwt u de brace en sling in de 3e week langzaam af. Daarna moet de brace af blijven.
- **Begin na 1 tot 2 weken met bewegen**
De breuk zit dicht bij de pols. Daarom is beweging belangrijk. Zo voorkomt u

stijfheid. Ook is dit beter voor genezing en herstel.

- **Doe na 3 weken alle activiteiten**
Na 3 weken mag uw kind voorzichtig weer alles doen. Alleen als de pijn het toelaat. Lukt dit niet? Wacht dan nog even.
- **Verwijder de brace tijdens het douchen**
Doet u de brace weer om? Zorg dan voor een kurkdroge arm. In de app ziet u hoe u de brace omdoet.
- **Gebruik bij pijn paracetamol**
Wacht niet tot uw kind teveel pijn heeft. Neem paracetamol altijd verspreid over de dag in.

Herstel

- **Controle in polikliniek hoeft niet**
Meestal geneest de breuk binnen een paar weken. Het kan tot 8 weken duren voordat uw kind de pols weer kan gebruiken.
- **Fysiotherapie is vaak niet nodig**
Kan uw kind na 6 weken de pols nog niet goed gebruiken? Dan kunt u naar de fysiotherapeut. In de app staan ook oefeningen om beter te herstellen.

Brace opnieuw omdoen

Gaat uw kind douchen en doet u de brace af? Dan ziet u in het filmpje hoe u de brace weer omdoet: www.ghz.nl/braceomdoen

- Sling omdoen double loop
www.ghz.nl/slingdoubleloop
- Sling omdoen enkele loop
www.ghz.nl/slingenkelloop

Oefeningen

Laat de pijn het toe? Dan is het belangrijk dat uw kind de pols beweegt. Speciale oefeningen zijn niet nodig. Bij normaal bewegen van de pols oefent uw kind ook.

Video's van alle oefeningen

In de app Virtual Fracture Care App vindt u video's van alle oefeningen.

Scan de QR-code, u kunt direct de app downloaden. Selecteer Groene Hart Ziekenhuis als uw ziekenhuis.



Heeft u nog vragen?

Belt u dan gerust naar de Breuklijn: 0182-505038. We zijn bereikbaar op werkdagen tussen 09:30-11:30 en 13:30-15:00 uur. Ook kunt u kijken op www.ghz.nl/traumachirurgie.

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
juli 2023
08.02.038