

Kinderfysiotherapeutische adviezen bij een baby met een gebroken sleutelbeen of bovenarm

Behandeling

Bij de geboorte kan door de druk en de kracht een breuk ontstaan in het sleutelbeen of de bovenarm van de baby. De baby kan door de breuk pijn hebben en daardoor de arm minder bewegen.

Na een week ontstaat er een verdikking (callusvorming) rondom de breuk. Na twee tot drie weken is de breuk genezen. In deze folder krijgt u adviezen waarmee u de genezing zo optimaal mogelijk kunt laten verlopen en waarmee u kunt voorkomen dat uw kindje onnodig pijn heeft.

Algemeen

- Laat de eerste twee weken de arm niet naar achter hangen en breng deze niet verder dan negentig graden omhoog langs het oor of opzij.
- Trek de eerste weken uw baby niet aan de armpjes omhoog en til uw baby niet onder de oksels op.
- Laat uw baby de eerste twee weken niet op de buik spelen. Na twee weken kunt u dit drie tot vijf keer per dag opbouwen om het oprichten van het hoofdje te stimuleren. Blijf er wel bij!
- Het is goed om het armpje met de breuk en de hand extra aan te raken en te strelen. Draai het hoofdje ook regelmatig naar de aangedane kant, totdat uw baby dit uit zichzelf doet.
- Vermijd bewegingen en houdingen waarbij uw baby pijn lijkt te hebben. Of uw kindje pijn heeft, kunt u aan zijn of haar gezichtsuitdrukking zien.
- Wees extra voorzichtig als u in de eerste week kraamvisite krijgt. Laat uw kindje bijvoorbeeld niet van schoot naar schoot gaan. U kunt uw kindje

beter in een goede houding op een kussen

leggen en het op deze manier aan de kraamvisite overdragen.

Liggen

Laat uw baby de eerste twee weken het liefst alleen op de rug liggen. Als uw kindje wakker is, mag hij of zij eventueel even op de gezonde kant liggen, maar alléén onder toezicht en als het geen pijn doet!

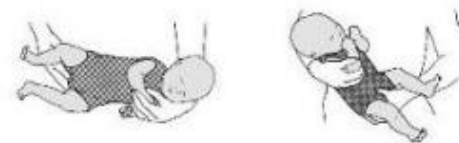
Optillen

Ondersteun het armpje zodat het niet naar beneden en achteren kan vallen. Als uw kindje is aangekleed, kunt u (voordat u hem of haar optilt) het mouwtje met een pleister of veiligheidsspeld vóór op de kleding vastmaken.



Til uw baby op met:

- een hand onder de billen of tussen de beentjes;
- de andere hand rond de schouders en het hoofd;
- draai uw baby eerst een beetje naar de gezonde kant, zodat zijn of haar arm op het buikje blijft liggen. Met uw arm die rond de schouder van uw kindje ligt, kunt u het handje op zijn of haar buik vasthouden.



Dragen

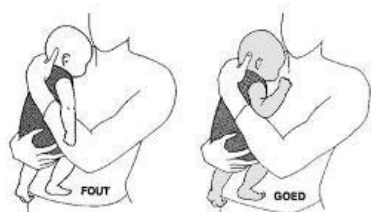
Draag uw baby het liefst met de armpjes tegen u aan. Zo houdt u het met uw lichaam op zijn plaats. Leg het armpje op de borst van uw baby.

Als u uw baby met de gezonde zijde tegen u aan draagt, doet u dat zo:

- Ondersteun de billetjes met de ene hand, leg de andere hand rond de schouders en het hoofd en houd daarmee ook het armpje in de juiste stand.

Als u uw baby rechtop tegen uw schouder houdt, bijvoorbeeld voor een boertje, doet u dat zo:

- Ondersteun de billetjes met de ene hand, houd met de andere hand het armpje zó, dat de elleboog gebogen blijft. Als het rechter sleutelbeentje is gebroken, kunt u uw baby het beste tegen uw rechterschouder houden, en andersom.



Aan- en uitkleden

U kunt het beste aan het voeteneind van het kind gaan staan tijdens het aan- en uitkleden. Zo stimuleert u uw baby om naar het midden te kijken. Gebruik het liefst hemdjies en truitjes met een ruime hals of overslaghemdjies of kleertjes die helemaal opengemaakt kunnen worden. Bij het aankleden doet u eerst het aangedane armpje in de mouw en daarna het gezonde armpje. Bij het uitkleden gaat het precies andersom. U haalt eerst het gezonde armpje uit de mouw en daarna het aangedane armpje. Het is handig om uw baby half naar de gezonde zijde te rollen als u met het aangedane armpje bezig bent, zodat het armpje goed naar voren blijft.

Voorkeurshouding

Soms houden baby's hun hoofdje te vaak naar dezelfde kant gedraaid. Dan spreken we van een 'voorkeurshouding'. Een voorkeurshouding is niet goed voor een gezonde ontwikkeling van uw kindje. Daarom is het belangrijk uw baby te stimuleren het hoofdje naar beide richtingen te draaien. Bij een gebroken sleutelbeentje moet u daar wat extra aandacht aan geven. Doordat uw baby de 'aangedane' arm vaak minder goed beweegt dan de andere arm, kan het namelijk gebeuren dat er een voorkeurskant ontstaat. U kunt de kans op een voorkeurshouding verkleinen door:

- de arm en hand aan de breukzijde extra aan te raken en te strelen;
- ervoor te zorgen dat beide handjes bij de mond bij elkaar kunnen komen - eventueel met een doek er omheen. Zo kan uw baby zijn of haar gezicht en handjes voelen of op de vingers sabbelen;
- het hoofdje van uw baby regelmatig naar de breukzijde toe te draaien, totdat hij of zij dit uit zichzelf doet. Er blijft altijd een kans dat er een voorkeurshouding ontstaat. Baby's hebben vaak de neiging het hoofdje van de breukzijde af te wenden. Kijk dus goed naar uw kindje en vertel eventuele bijzonderheden aan uw kinderarts en kinderfysiotherapeut.

Slaaphouding

Zorg ervoor dat uw baby tijdens het slapen op zijn of haar rug ligt. Dit is de enige veilige slaaphouding. Stimuleer uw baby, ook tijdens de slaap, om het hoofdje goed naar de breukzijde te draaien.

Baden

Houd uw baby vast met de gezonde zijde naar u toe. Laat het hoofdje op uw pols rusten en ondersteun met uw vingers de bovenarm van de aangedane arm. Zorg ervoor dat de arm niet te veel naar beneden zakt. Ondersteun met uw andere hand de billetjes, of laat (tijdens het wassen) de billetjes op de bodem steunen.

U kunt ook gebruikmaken van verschillende hulpmiddelen, zoals een antislipmatje voor op de bodem van het

badje of een badmatrasje/badstoeltje (verkrijgbaar bij de thuiszorgwinkel).

Voeden

Wij raden u aan om bij borstvoeding uw baby op een kussen te leggen. Zo ligt uw kindje op een goede hoogte en hoeft het nauwelijks op de zij te draaien. Als draaien pijnlijk is, laat u uw kindje op de gezonde zijde liggen, en verplaats het kussen van de ene naar de andere borst. Let erop dat de armpjes op de buik of de borst van uw kindje liggen. Zorg er bij flesvoeding voor dat beide armpjes en handjes op de buik of om het flesje zitten, zodat u kunt zien dat ze een goede positie hebben.

In het autostoeltje

Zorg ervoor dat de schouder en het armpje niet te ver naar achteren zakken door:

- het armpje op een opgerolde handdoek te leggen of;
- het mouwtje ter hoogte van de borst aan het truitje vast te plakken of te spelden.

Na twee weken

Na twee weken zal uw kindje zijn of haar armpje zelf meer gaan bewegen. Dat kunt u gewoon toelaten. U mag het armpje hoger optillen dan tot nu toe. Als uw kindje niet aangeeft dat het pijn heeft, mag het aangedane armpje zelfs net zo ver als het gezonde armpje. U kunt alles steeds meer op de gewone manier doen. Blijf uw baby stimuleren om:

- het hoofdje goed naar de kant van de breuk te draaien, ook bij het slapen, om een scheef hoofdje te voorkomen;
- de arm en hand aan de aangedane kant goed te gebruiken (sabbelen op de hand, ermee laten voelen en er in buikligging normaal op laten steunen). Doe dit totdat uw kindje beide armpjes even vaak en even goed gebruikt.

Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10
2803 HH Gouda

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:
(0182) 50 50 50

Colofon

uitgave: Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie: Marketing & Communicatie
maart 2024
05.05.063

Algemene informatie

Voor informatie over het ziekenhuis kunt u terecht op onze internetsite: www.ghz.nl.