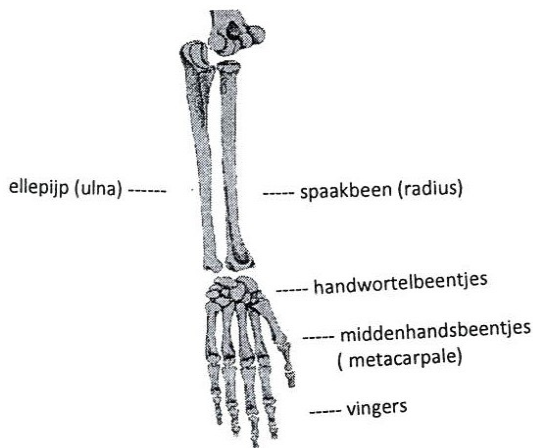


### Gebroken (onder)arm

#### Inleiding

Deze folder geeft u algemene informatie over een gebroken arm. Het is goed u te realiseren dat voor u de situatie anders kan zijn dan beschreven.



De onderarm bestaat uit de handwortelbeentjes en middenhandsbeentjes in de hand en de twee onderarmbotten, het spaakbeen en de ellepijp. Eén van deze botten is bij u gebroken. Dit kan uiteenlopen van een scheurtje in het bot tot een volledige verbrijzeling.

#### Behandeling

De keuze van de behandeling wordt bepaald door de soort breuk en door welk bot in uw arm gebroken is. Er kan gekozen worden voor een operatieve behandeling of voor een behandeling met behulp van gips. De gipsbehandeling komt vooral in aanmerking voor breuken waarbij de botstukken niet of weinig verplaatst zijn.

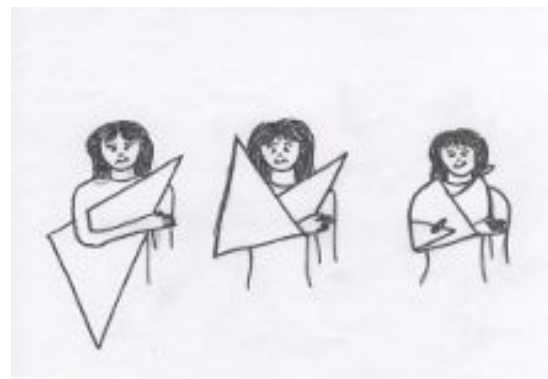
#### Gipsbehandeling

Het gips zorgt dat de gebroken botstukken op hun plaats worden gehouden. Het gips wordt in principe als een spalk aangelegd. Dit is nodig om een eventuele zwelling de ruimte te geven, zodat de bloedsomloop niet wordt belemmerd. Om een zwelling zo beperkt mogelijk te houden, krijgt u een draagdoek (mitella) om de arm hoog te houden.

Gemiddeld duurt een gipsbehandeling 3 tot 6 weken.

#### Adviezen voor een gebroken arm met gips

- Houdt uw arm in de mitella zodanig dat uw hand hoger ligt dan uw elleboog (zie plaatje), dit voorkomt zwelling. 's Nachts kunt u uw arm naast u op een kussen leggen.



- Leg uw arm niet op een harde ondergrond, maar gebruik een kussen ter ondersteuning. Dit voorkomt vervorming van het gips. Het gips heeft een volledige droogtijd van 48 uur. Kunststof gips heeft een droogtijd van 1 uur.

- Het gips mag niet nat worden. U mag er dus niet mee douchen zonder bescherming. U kunt gebruik maken van een speciale beschermhoes.
- U mag bij jeuk niet onder het gips krabben met scherpe voorwerpen. Dit kan wondjes geven aan de huid, wat infecties kan veroorzaken. Wanneer u last hebt van jeuk, kunt u dit verminderen door met een stofzuiger langs de randen te zuigen.
- Na het hard worden van het gips is het verstandig om oefeningen met uw arm en vingers te doen. Deze oefeningen dienen te voorkomen dat uw gewrichten stijf worden.
  - Streck en buig de niet-ingegipste vingers.
  - Beweeg de schouder door de arm voor uw borst te heen en weer te bewegen.
  - Streck en buig de elleboog
- U mag gedurende de tijd dat u onder behandeling bent niet zelfstandig een voertuig besturen (auto, fiets, brommer e.d.)

### **De nabehandeling**

Voordat u naar huis gaat, krijgt u een afspraak mee voor controle op de polikliniek.

### **Problemen/complicaties**

Er kunnen problemen ontstaan zoals:

- U krijgt meer pijn onder het gips in plaats van minder pijn.
- Uw vingers worden dik en blauw en/of gaan tintelen.
- Uw vingers worden wit en/of gaan pijn doen.
- Het gips is gebroken of is nat geworden.

Wanneer zich één van deze problemen voordoen, kunt u contact opnemen met de polikliniek Chirurgie. De polikliniek kunt u bereiken via (0182) 50 50 50, u vraagt dan naar toestel 5120.

Bij acute problemen kunt u bellen naar de Spoedeisende hulp via 0182-505327.

### **Colofon**

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda  
 productie : Marketing & Communicatie  
 januari 2020  
 08.02.019