

Schouder- instabiliteit

Inhoudsopgave

Inleiding	1
Het schoudergewricht	1
Oorzaken	1
Diagnostiek	2
Behandeling	2
Opname	2
Na ontslag	2
Tot slot	3

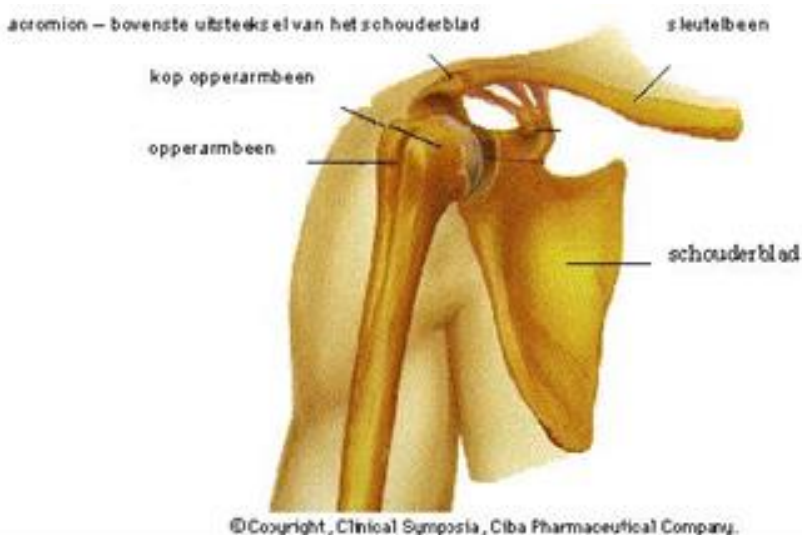
Inleiding

Uw orthopedisch chirurg heeft geconstateerd dat er bij u sprake is van instabiliteit van de schouder. In deze folder kunt u lezen wat dit betekent en wat de behandeling inhoudt.

Het schoudergewricht

Het schoudergewricht bestaat uit een kop en een vlak kommetje die bij elkaar worden gehouden door pezen (rotatorcuff), gewrichtsbanden en kapsel. Bij een instabiel schoudergewricht beweegt de kop van de bovenarm tijdens het bewegen niet goed in het midden van de kom (glenoid). Dat kan veroorzaakt worden doordat het kapsel van het gewricht te slap is of doordat er een deel is beschadigd. Hierdoor kan de kop van de bovenarm uit de kom gaan wanneer een bepaalde beweging wordt uitgevoerd. Dit is de zogenaamde luxatie of ontwrichting van de schouder. Herhaaldelijke luxaties zijn niet alleen vervelend, maar dit kan ook verdere schade toebrengen aan het schoudergewricht.

Zo kan instabiliteit zorgen voor irritatie van pezen, kapsel, banden, labrum en slijmbeurs. Ook als de kop niet ontwricht (luxeert) kunnen er klachten ontstaan bij handelingen zoals gooien, werpen, slaan en reiken. Sportactiviteiten kunnen hierdoor worden beperkt.



Naarmate de instabiliteit toeneemt, kunnen de luxaties toenemen of kan de schouder instabiel aanvoelen bij bepaalde bewegingen. Dit gaat gepaard met een acute pijn en met een klik, voelbaar en hoorbaar in de schouderstreek. De kop van de bovenarm springt vervolgens spontaan terug in het gewricht, waardoor de pijn verdwijnt.

Oorzaken

De klachten kunnen ontstaan door een val of overbelasting. Meestal is de schouder op een eerste hulp teruggezet als er sprake is van een val. Bij overbelasting is de oorzaak minder duidelijk.

Diagnostiek

De orthopedisch chirurg kan vaak al door uw verhaal en lichamelijk onderzoek de diagnose vaststellen. Eventueel wordt de diagnose aangevuld met een röntgenfoto en MRI onderzoek met contrastvloeistof.

Behandeling

Behandeling van schouderinstabiliteit begint met een afgestemd fysiotherapeutisch trainingsprogramma. Bij onvoldoende resultaat kan de orthopedisch chirurg u een operatieve behandeling adviseren.

Bij deze operatie wordt het beschadigde weefsel, het labrum en kapsel, weer hersteld. Hierbij wordt het labrum met kapsel terug gehecht aan het kommetje, zodat het gewricht weer stabiel is. Deze ingreep wordt via een kijkoperatie (arthroscopie) uitgevoerd.

In sommige gevallen zal uw orthopeed besluiten tot een stabilisatie via een snede aan de voorzijde van de schouder. Na de operatie krijgt u een mitella of sling/immobilizer. U verblijft meestal 1 of 2 dagen in het ziekenhuis.

Opname

Indien er een operatieve behandeling moet plaatsvinden, wordt u hiervoor opgenomen op de dag van de operatie. Meestal wordt u opgenomen op de dagverpleging, u kunt ook op verpleegafdeling 4A worden opgenomen.

Na de operatie wordt u naar de uitslaapkamer gereden. De verpleegkundigen houden uw ademhaling, polsslag en bloeddruk in de gaten. Zijn deze goed, dan mag u terug naar de verpleegafdeling. Ook daar wordt u verder in de gaten gehouden en u krijgt pijnstilling.

Na ontslag

Als u via een kijkoperatie geholpen bent, kunt u doorgaans de dag na de operatie naar huis. Als er een snede is gemaakt, dan moet u soms een nacht langer blijven. Na de operatie moet u gedurende zes weken continu (ook 's nachts) de sling/immobilizer dragen en doet u alleen onbelaste slinger- en pendeloefeningen.

De sling mag wel af bij het oefenen en bij douchen, waarbij de arm echter niet naar buiten gedraaid en/of boven schouderhoogte bewogen mag worden. Na zes weken kunnen de oefeningen en bewegingen uitgebreid worden onder leiding van een fysiotherapeut..

Tot slot

De eerste dagen zijn lichte pijnverschijnselen in het operatiegebied normaal. Ook enige zwelling van de schouder is gebruikelijk.

Wanneer zich thuis complicaties voordoen, bijv. koorts (temperatuur hoger dan 38,5°C), neemt u dan contact op met uw huisarts of met de polikliniek orthopedie, telefoonnummer: 0513-685335.

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen over de operatie, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek orthopedie op telefoonnummer 0513-685335.

Als u vragen heeft over de planning en de wachttijd kun u contact opnemen met het planbureau orthopedie 0513-685209, graag op de telefonische spreekuren: woensdag van 14.00 uur tot 15.00 uur en donderdag van 09.00 uur tot 10.00 uur.

Voor meer informatie over het ziekenhuis kunt u terecht op onze website www.tjongerschans.nl.

