

Algemene tips

Een sleutelbeenbreuk is een veel voorkomende botbreuk. Deze botbreuk geneest meestal vanzelf. Complicaties komen zelden voor.

Wat staat u thuis te doen?

- De behandeling is eenvoudig; door **rust** en **gedoseerd (onbelast) oefenen** geneest de breuk.
- Rust wordt gegeven door middel van een zogenoemd "cijfer 8 -verband".

Bij kinderen

- Bij kinderen kan er sprake zijn van een 'groenhout breuk'. Het botvlies is daarbij nog heel zodat de gebroken botdelen bij elkaar blijven en nauwelijks verplaatsen.
- Het dragen van de mitella of "cijfer 8 -verband" is maar één tot drie weken nodig. 's Nachts hoeft de mitella niet om. Als het kind weinig of geen last meer heeft, is de mitella niet meer nodig.
- De functie van schouder en arm herstelt meestal binnen enkele weken.

Bij volwassenen

- Rust bevordert de genezing. Maar na een week mag (en moet) er geoefend worden (zie 'Wat moet ik doen?'). Als er niet geoefend wordt zal de breuk niet gestimuleerd worden om te genezen.
- Door gebruik van een mitella is er voldoende rust voor een goede genezing. Als er een sterk afwijkende stand bestaat, wordt dit in de loop van de eerste week meestal minder.
- Soms blijft er een sterk afwijkende stand bestaan en is de huid ernstig bedreigd door het gebroken bot. Dan moet een operatie overwogen worden. Dit is niet in alle gevallen de beste behandeling. Maar uw behandelend chirurg zal dan de voor- en nadelen met u bespreken.



foto: sleutelbeenbreuk

Wat moet ik doen?

1. Om verstijving van de schouder te voorkomen moet u zodra het mogelijk is (meestal na één week) draai oefeningen doen met de schouder. Dat doet u door het bovenlichaam voorover te buigen, zodat de arm in de mitella vrij komt te hangen. U kunt dan draaiende bewegingen maken met de schouder (alsof u in soep roert).
2. Met hetzelfde doel moet u vier tot zes keer per dag de arm uit de mitella of sling halen en proberen om de elleboog recht te maken (arm naar beneden laten hangen). Daarna buigt en strekt u een paar keer de elleboog, om verstijving van de elleboog te voorkomen.
3. Algemene regel: "luister" naar de pijn. Als u geen pijnklachten meer heeft is de mitella niet meer nodig. Alles wat mogelijk is, zonder dat dit pijn doet, is toegestaan.
4. Tegen de pijn kunt u zo nodig paracetamol (bv. Dafalgan) gebruiken.

**Als u nog vragen hebt,
neem gerust contact op
met uw huisarts.**

**Hij/zij is de eerste
om u verder te helpen.**

Team Spoedgevallen

Urgentieartsen

Dr. Koen De Feyter (medisch diensthoofd)
Dr. Bob Ceulemans
Dr. Filip Goossens
Dr. Willem Hermans
Dr. Gert Smets
Dr. Guido Stockmans
Dr. Frank van Leeuwen
Dr. Kim Vladimir

Gespecialiseerd verpleegkundigen

verpleegkundig team o.l.v.
Johan Engels

deze brochure kwam tot stand m.m.v. de
associatie orthopedie en het team spoedgevallen.
© 2015 h.-hartziekenhuis vzw

Praktische informatie

Geachte mevrouw, mijnheer,
Deze brochure dient om u te informeren
over de sleutelbeenbreuk (of
claviculafractuur) die u opliep.

Lees deze informatie aandachtig, ze
helpt u om thuis, na de behandeling op
spoed, zo goed mogelijk te genezen.

Als u nog vragen hebt, twijfel niet om ze
te stellen aan onze zorgverleners hier in
het ziekenhuis, zij zullen u zo goed
mogelijk verder helpen.

Neem deze brochure mee naar huis. Zo
kan u ze thuis nog eens rustig nalezen.

Voor **advies** kan u bellen naar:
Spoedgevallen ☎ 03 491 29 00

Bij **problemen** contacteert u best uw
huisarts.

We wensen u een spoedig herstel toe!

www.hhzhlier.be

HHZH_INF_118.01(0515)



h.-hartziekenhuis vzw

een **hart**
voor zorg

Sleutelbeenbreuk

patiënteninformatie

Mechelsestraat 24 – 2500 Lier | 03-491 23 45