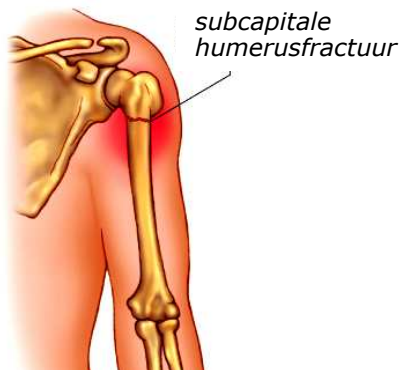


Wat is het?

Een subcapitale humerusfractuur is een **breuk van de bovenarm**, net onder het schoudergewricht. Een subcapitale humerusfractuur ontstaat vaak door een val op een gestrekte arm.

Wat zijn de verschijnselen?

- Bij deze breuk heeft u veel pijn in de bovenarm en het schoudergewricht. Dit komt doordat de losse botdelen ten opzichte van elkaar bewegen.
- Ook kunt u de arm minder goed gebruiken door de breuk.
- Vaak is er een bloeditstorting en zwelling. Deze bloeditstorting blijft enige tijd bestaan en verandert van kleur en plaats (hij zakt uiteindelijk naar het laagste punt).
- U hoeft zich hier niet ongerust over te maken.
- De urgentiearts zal u onderzoeken en zal een röntgenfoto van de bovenarm laten maken.
- Aan de hand van deze foto kan uw behandelende arts zien waar precies de breuk zit en of de botdelen verplaatst zijn.



De behandeling op spoedgevallen

- De behandeling van deze breuk bestaat uit het **beperken van beweging**. Dit gebeurt door middel van een sling die u van ons krijgt.
- Het is hierbij belangrijk dat u de elleboog zo veel mogelijk **naar beneden laat hangen** (door zijn eigen gewicht) en uw pols iets hoger dan de elleboog houdt.
- Dan komt de bovenarm meestal weer recht onder de afgebroken kop van uw bovenarm te hangen. Zo kan hij in een goede stand spontaan genezen.
- In deze periode mag de arm/elleboog zeker **niet naar boven toe** bewogen worden. Dan verslechtert de stand van de breuk.
- U heeft dus voor de gebroken arm een "armleuning-verbod".
- Soms is het mogelijk dat de breuk niet geneest door rust alleen. Bijvoorbeeld wanneer de botdelen nog altijd sterk verplaatst zijn.
- Dan kan de orthopedisch chirurg overwegen om de breuk operatief te behandelen. Er wordt dan een pen in de mergholte of een plaat met schroeven geplaatst.
- Complexe breuken kunnen soms niet hersteld worden. In dat geval kan een schouderprothese aangewezen zijn.

Wat doe ik thuis?

- Probeer u de arm in de eerste week zo veel mogelijk rust te geven. Doe het verband niet af in de eerste week. Het gebruik van een extra kussen langs het lichaam kan het wegdraaien van de gebroken arm voorkomen.
- Bij douchen en aankleden mag de sling tijdelijk even af. Beweeg uw arm niet, laat hem langs uw lichaam hangen en maak geen onverwachte bewegingen.
- Zo nodig kunt u tegen de pijn paracetamol innemen.
- Tijdens het aankleden begint u best met de gekwetste zijde, vervolgens het hoofd en tenslotte de gezonde zijde (uitkleden is in de tegenovergestelde volgorde: eerst de gezonde zijde, vervolgens het hoofd en tenslotte de gekwetste zijde).
- Als u in bed gaat liggen, is een halfzittende houding het beste. Het afhangen van uw arm bewaart de stand van de breuk. U bent hierdoor ook beter in staat om in en uit bed te komen.
- Om verstijving van de schouder te voorkomen moet u zodra het mogelijk is (meestal na raadpleging bij de orthopedist), de draaioefeningen doen met de schouder (alsof u in de soep roert).
- Met hetzelfde doel haalt u, vanaf dan, vier tot zes keer per dag de arm uit de mitella of verband en probeert u om de elleboog recht te maken (arm naar beneden laten hangen).
- Daarna kunt u een paar keer de elleboog buigen en strekken om verstijving van de elleboog te voorkomen.

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 gebroken bovenarm
(humerusfractuur) 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_119.01(0515)



h.-hartziekenhuis vzw

een **hart**
voor zorg

Subcapitale humerusfractuur

patiënteninformatie

Mechelsestraat 24 – 2500 Lier | 03-491 23 45