

Urgentieartsen

dr. Katrien Adriaenssens
dr. Alex Bakker
dr. Koen De Feyter (medisch diensthoofd)
dr. Erwin De Wulf
dr. Willem Hermans
dr. Erik Sinjan
dr. Gert Smets
dr. Roy Somers
dr. Guido Stockmans
dr. Lieve Van Eesbeek
dr. Frank Van Leeuwen

Gespecialiseerd verpleegkundigen

verpleegkundig team o.l.v.
Erika Smolderen

Geachte mevrouw, mijnheer,
Deze brochure dient om je te informeren
over de gebroken bovenarm
(humerusfractuur) die je opliep.

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

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

Neem deze brochure mee naar huis, dan kan
je ze thuis nog eens rustig nalezen.

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

Bij **problemen** contacteer je best je huisarts.

Patiënteninformatie

Subcapitale humerusfractuur



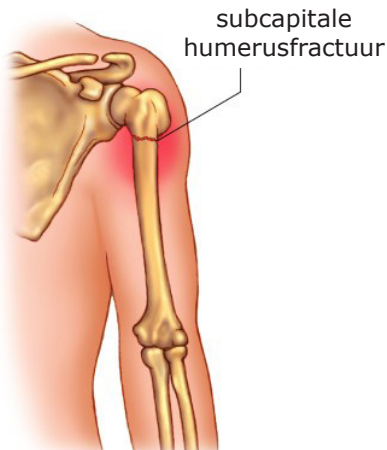
We wensen je een spoedig herstel toe!

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 heb je veel pijn in de bovenarm en het schoudergewricht. Dit komt doordat de losse botdelen ten opzichte van elkaar bewegen.
- Ook kan je de arm minder goed gebruiken door de breuk.
- Vaak is er een bloedingstorting en zwelling. Deze bloedingstorting blijft enige tijd bestaan en verandert van kleur en plaats (hij zakt uiteindelijk naar het laagste punt).
- Je hoeft je hier niet ongerust over te maken.
- De urgentiearts zal je onderzoeken en zal een röntgenfoto van de bovenarm laten maken.
- Aan de hand van deze foto kan je 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 je van ons krijgt.
- Het is hierbij belangrijk dat je de elleboog zo veel mogelijk **naar beneden laat hangen** (door zijn eigen gewicht) en je pols iets hoger dan de elleboog houdt.
- Dan komt de bovenarm meestal weer recht onder de afgebroken kop van je 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.
- Je hebt dus voor de gebroken arm een "armleuning-verbod".
- Soms is het mogelijk dat de breuk niet geneest door rust alleen. Bv. 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 je 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 je arm niet, laat hem langs je lichaam hangen en maak geen onverwachte bewegingen.
- Zo nodig kan je tegen de pijn paracetamol innemen.
- Tijdens het aankleden begin je 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 je in bed gaat liggen, is een halfzittende houding het beste. Het afhangen van je arm bewaart de stand van de breuk. Je bent hierdoor ook beter in staat om in en uit bed te komen.
- Om verstijving van de schouder te voorkomen moet je zodra het mogelijk is (meestal na raadpleging bij de orthopedist), de draai-oefeningen doen met de schouder (alsof je in de soep roert).
- Met hetzelfde doel haal je, vanaf dan, vier tot zes keer per dag de arm uit de mitella of verband en probeer je om de elleboog recht te maken (arm naar beneden laten hangen).
- Daarna kan je een paar keer de elleboog buigen en strekken om verstijving van de elleboog te voorkomen.