AC Luxatie (kapsel en banden gescheurd in schouder)

U bent op de Spoedeisende Hulp geweest vanwege klachten aan uw schouder. Deze klachten zijn ontstaan na een val. Met behulp van een röntgenfoto en lichamelijk onderzoek heeft de arts of verpleegkundig specialist vastgesteld dat u een AC luxatie heeft, ofwel een scheuring van kapsel en banden in het schoudergewricht. De medische term hiervoor is een acromio-claviculaire luxatie. In deze folder leest u wat een AC luxatie is, wat de klachten kunnen zijn, hoe de behandeling verloopt en wat u zelf kunt doen om de klachten te verminderen.

Wat is een AC luxatie?

Rondom het AC gewricht in de schouder zitten banden en kapsel die de gewrichtshelften van het schoudergewricht en het sleutelbeen op hun plaats houden. Het AC gewricht is het gewricht tussen sleutelbeen en schouder. Bij een luxatie zit een deel van het bot (gedeeltelijk) niet meer op de juiste plaats. Door scheuring van kapsel en banden van het AC gewricht ontstaat een AC luxatie. Een AC luxatie treedt meestal op bij een val op de bovenzijde van de schouder of door een val met uitgestrekte arm.

Wat zijn de klachten?

Deze luxatie veroorzaakt (veel) pijn. Soms ontstaat er een zwelling rond het gewricht en het schoudergewricht. Het komt ook voor dat het uiteinde van het sleutelbeen hoger staat dan normaal. U ziet en voelt dan een knobbel vlak onder de huid. De knobbel verdwijnt vaak niet meer, maar dat maakt voor de functie van de arm niets uit en de pijn zal ook gewoon verdwijnen.

Hoe verloopt de behandeling?

Op de Spoedeisende Hulp krijgt u een zogenaamde sling. Deze sling ondersteunt uw arm. Dit geeft uw schouder en arm rust. Rust bevordert de genezing. Zorg ervoor dat de hand iets hoger in de sling hangt dan de elleboog.

Wat kunt u zelf doen?

Het is belangrijk dat u de schouder oefent om verstijving te voorkomen. Doe deze oefeningen alleen als de pijn het toelaat.

1. Maak een vuist en ontspan de hand weer.
Aantal malen per dag: de hele dag door.

2. Doe zogenaamde pendeloefeningen: koffiemalen en in de ‘soep’ roeren.
Aantal malen per dag: 4 – 6 maal.

3. Maak de elleboog recht, terwijl de arm naar beneden hangt.
Aantal malen per dag: 4 – 6 maal.

Verder:

- Geef de arm de eerste week zo veel mogelijk rust. Doe de sling alleen tijdens de oefeningen af.
- Bij douchen en aankleden mag de sling tijdelijk even af.

- Neem de voorgeschreven pijnstilling in.
- Doe bovenstaande oefeningen.
- De eerste 6 weken raden wij u af om zwaar te tillen.
- Zolang de arm in een sling zit kunt u geen voertuig besturen. Als de pijn is afgenomen, kan dit weer hervat worden.
- Sport hervatten in overleg met uw behandelend arts.
- Als u geen pijnklachten meer heeft kunt u de sling aflaten.

Controle en herstel

Ongeveer een week na uw bezoek aan de Spoedeisende Hulp komt u voor controle op de Chirurgie of Orthopedie Polikliniek. Na een week nemen de klachten meestal gedeeltelijk af. Bij de meeste patiënten herstelt het gewricht vanzelf. Sommige patiënten krijgen fysiotherapie voorgeschreven. Afhankelijk van de ernst van de aandoening kan het soms maanden duren voor de schouder weer volledig belastbaar is. Bij sommige patiënten blijft de schouder bij belasting gevoelig.

Tot slot

Heeft u nog vragen? Neemt u dan contact op met de Spoedeisende Hulp, bereikbaar op telefoonnummer (070) 210 2060.

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

145019012025