

Strekpeesletsel

Inleiding

Om de ernst en dreigende complicaties van een strekpeesletsel goed te kunnen begrijpen is enige kennis van de anatomie van de hand noodzakelijk.

Strekpezen liggen op de rug van de hand vlak onder de huid en dicht op het bot. Door spieren in de onderarm aan te spannen, zorgen de pezen voor het strekken van de vingers en de duim. De pezen zijn eerst rond en stevig vanaf de pols, maar worden steeds platter en dunner bij de vingers. In de vingers komen er van meerdere kleine handspiertjes pezen bij, die samen met de lange strekpezen een complex strekmechanisme vormen.

De revalidatie na strekpeesletsel

Na de operatie krijgt u van de handtherapeut een spalk aangemeten. In deze spalk wordt de pas gehechte pees beschermd tegen te veel rek. Deze spalk moet u 4 weken continue dragen, dus dag en nacht. De hechtingen worden na 14 dagen verwijderd.

Vanaf de 2^e of 3^e dag start u met een oefenprogramma dat de therapeut met u zal doornemen. De oefeningen worden gedaan om verklevingen van de gehechte pees aan de huid of het bot te voorkomen. Elke week zal het oefenprogramma worden uitgebreid en zal de belasting van de pees heel langzaam worden opgevoerd.

De gehechte pees is veel zwakker dan de oorspronkelijke pees en kan pas na 12 weken weer volledig worden belast. Als u eerder dan aangegeven de spalk af doet of andere oefeningen doet buiten het standaard programma om, dan loopt u het risico dat de pees knapt.

U mag onder geen beding de hand uit de spalk halen of tegen het klittenband strekken die de vingers in de spalk houdt. Tot 10 weken mag u geen geforceerde vuist maken.

Als er stijfheid of zwelling optreedt zal de handtherapeut u helpen met maatregelen of oefeningen om het probleem op te heffen.

De prognose

De duur van herstel en de prognose wordt uiteraard bepaald door de plaats en de uitgebreidheid van het letsel. Hierboven is een voorbeeld beschreven van hoe uw revalidatietraject eruit kan zien.

Tot slot

Mocht u vragen hebben na het lezen van de folder of na de ingreep, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek Plastische Chirurgie.

De polikliniek Plastische Chirurgie is bereikbaar op maandag tot en met vrijdag van 08:00 tot 16.30 uur via telefoonnummer: **(079) 346 28 04**.

Bij nood, buiten kantooruren, kunt u contact opnemen met de Spoedeisende hulp: (079) 346 25 39 (**079) 346 25 39**.

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen van de folder enkele vragen beantwoorden? De vragen vindt u via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Hartelijk bedankt alvast.

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?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

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.

560809052023