De hechtingen worden 10-14 dagen na de operatie verwijderd door uw handtherapeut en u krijgt een afneembare spalk of opnieuw een gipsverband.

Goed om weten: uw handtherapeut verwijdert de hechtingen.

Zodra er een afneembare spalk is aangemeten wordt gestart met de littekenbehandeling.

Verloop van de behandeling:

- 5-6 weken na de operatie: de pols/ duimspalk wordt vervangen voor een duimspalk die nog continue gedragen wordt behalve bij de oefeningen. Er wordt er gestart met oefeningen voor de pols en duim. De hand mag ingezet worden bij lichte activiteiten, de spalk is hierbij om.
- 7-10 weken na de operatie: de spalk mag geleidelijk worden afgebouwd en worden de oefeningen en de belasting van de duim opgevoerd.

In de laatste fase bouwen we de kracht op en wordt de spalk volledig afgebouwd.

U krijgt adviezen van uw handtherapeut ten aanzien van het gebruik van de hand bij zwaardere activiteiten.

Als u twijfelt of activiteiten wel of niet uitgevoerd kunnen worden, kunt u dit overleggen met uw handtherapeut.

Aandachtspunten:
Heeft u wondproblemen, ernstige (pijn)klachten of andere vragen, dan kunt u altijd tijdens kantooruren contact opnemen met de afdeling polikliniek Plastische chirurgie, (053) 48 76 069.

Buiten kantooruren dient u contact op te nemen met de receptie van het ziekenhuis, (053) 48 72 000.
Zij nemen vervolgens contact op met de dienstdoende plastisch chirurg.

Contact & afspraak

Handtherapie Twente heeft meerdere vestigingen binnen de ziekenhuismuren van het MST. Kijk op www.handtherapietwente.nl voor uw dichtstbijzijnde praktijk.

Informatie over vergoeding van handtherapie vindt u op www.handtherapietwente.nl/vergoeding.

Indien u na het lezen van deze informatie nog vragen heeft of een afspraak wenst, dan kunt u contact opnemen met Handtherapie Twente, (053) 30 32 600.

Handtherapie Twente
uw zorg in goede handen

T 053 30 32 600 | E info@handtherapietwente.nl
I www.handtherapietwente.nl

DUIMBASIS ARTROSE (CMC-1)

Handtherapie Twente
uw zorg in goede handen

Inleiding

U wordt behandeld vanwege artrose van de duimbasis. Deze folder geeft informatie over de anatomie, de aandoening en de behandeling na de operatie door uw handtherapeut, bij deze aandoening van de hand/pols.

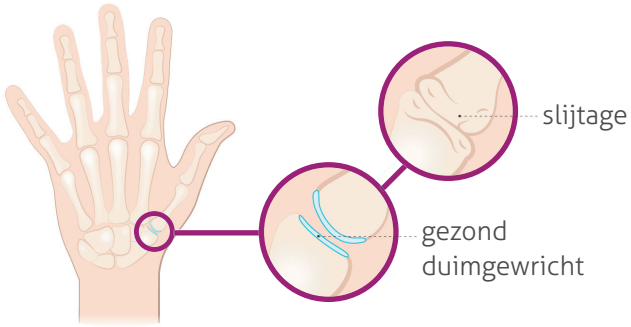
Na de operatie neemt een handtherapeut van Handtherapie Twente contact met u op voor het maken van een afspraak. Deze afspraak vindt 5-7 dagen na de operatie plaats. Uw handtherapeut verwijdert 10-14 dagen na de operatie eveneens de hechtingen.

Uw handtherapeut zorgt o.a. voor behandeling, het verwijderen van de hechtingen, helpt u met leefregels, geeft oefeninstructies en/of vervaardigen van een spalk.

Anatomie

Een gewricht wordt gevormd door 2 of meer botten, bijeengehouden door een gewrichtskapsel en banden. Deze laatsten zorgen voor de stabiliteit. Het oppervlak van het bot dat het gewricht vormt is bedekt met kraakbeen.

Echter met de jaren worden het kapsel en de banden van een gewricht slapper.



De aandoening

Artrose is een aandoening van de gewrichten, ook wel gewrichtsslijtage genoemd.

Slijtage van het gewricht aan de basis van de duim (CMC-1 gewricht) is de meest voorkomende vorm van slijtage van de hand. En komt vaker voor bij vrouwen dan bij mannen.

Bij deze aandoening verdwijnt het gewrichtskraakbeen geleidelijk. Hierdoor wrijven de oppervlakten van de botten tegen elkaar waardoor pijnklachten kunnen ontstaan. Het proces van slijtage van kraakbeen stopt niet en is niet te genezen.

De oorzaak van artrose is niet bekend, maar mogelijke factoren die een rol spelen bij het ontstaan van deze aandoening zijn: hogere leeftijd, trauma's, veranderende belasting en herhaalde bewegingen van de duim.

Klachten & symptomen

Pijn, stijfheid en krachtsverlies zijn de voornaamste klachten bij artrose. Wanneer CMC-I-artrose optreedt, kan door aantasting van de gewrichtsoppervlakken de duim een afwijkende stand aannemen.

De diagnose wordt aan hand van de symptomen gesteld. Röntgenfoto's kunnen de diagnose bevestigen. De mate van klachten hoeft niet overeen te komen met de afwijkingen op de foto.

De behandeling

1 **Conservatief:** In het beginstadium van de klachten wordt meestal gekozen voor de conservatieve (niet-operatieve) behandeling. Het doel van de behandeling is:

1. het verminderen van de pijn,
2. het versterken van de spieren om een zo goed mogelijke stand van het gewricht te krijgen en om de stabiliteit van het gewricht te vergroten.
3. het verkrijgen van inzicht in het gebruik van de duim in de uitvoer van dagelijkse activiteiten.

Als de conservatieve behandeling niet voldoende (meer) helpt, kan gekozen worden voor een operatie.

2 **Operatief:** Voor een operatieve behandeling bestaan er verschillende operatietechnieken. Welke methode voor u het beste is, is afhankelijk van de ernst van de aandoening, botkwaliteit en de stand van het duimgewricht.

De meest voorkomende techniek is het operatief verwijderen van het aangedane botstukje (os trapezium) waarbij de ontstane holte wordt opgevuld met een deel van een pees. Welke techniek voor u de juiste is wordt door uw behandelend (plastisch) chirurg beoordeeld.

Na de operatie krijgt u een gipsverband waarbij zowel de duim als pols worden ondersteund.

U krijgt instructies van de handtherapeut ten aanzien van het hoog houden van de hand tegen zwelling en oefeningen om de schouder, elleboog en vingers soepel te houden.

www.handtherapietwente.nl

info@handtherapietwente.nl

053 30 32 600