

SCHOUDERKLACHTEN: SCHOUDER UIT DE KOM (LUXATIE)

Bij een schouderluxatie verliest de kop van de bovenarm het contact met de kom van het schouderblad. In 90 % van de gevallen komt dit door een val of ongeval. Meestal gaat de schouder naar voren uit de kom. De meeste patiënten zijn jonger dan 30 jaar.

BELOOP

Een luxatie gaat gepaard met schade. Om hierin een goed inzicht te krijgen is onderzoek door een medisch specialist noodzakelijk. Vaak is de hulp van de specialist ook nodig om de schouder weer in de kom te krijgen. Als de schouder weer in de kom zit moet er meteen pijnvermindering optreden en enig herstel van functie. U mag niet meteen weer alles doen! Houdt u aan de adviezen van de specialist.

DE BEHANDELING

De schade moet de kans krijgen om te herstellen. Dat betekent dat de schouder geïmmobiliseerd wordt, meestal in een brace. De tijd dat u de schouder in de brace moet houden varieert van één week bij patiënten boven de 50 jaar tot wel zes weken bij jongere patiënten. Wat voor u geldt hoort u van uw specialist.

Zes weken na de immobilisatieperiode moet u de schouder goed kunnen bewegen en u moet pijnvrij zijn. Anders is er sprake van een afwijkend herstel. Laat dan een controle uitvoeren door de specialist.

Er is een grote kans op herhaling, wel 25 tot 40%! bij een bovenhandse sport als tennis is de kans groter. Fysiotherapeutische behandeling verkleint de kans op herhaling. Door middel van specifieke oefeningen en gerichte adviezen wordt u goed voorbereid op het hervatten van uw dagelijkse activiteiten, werk en sport.

Als u tijdens de herstelperiode last houdt of krijgt van een koude hand, tintelingen, pijscheuten, het gevoel van een dode arm of u het gevoel heeft dat de schouder telkens weer uit de kom gaat dan is er sprake van een afwijkend beloop. Overleg dan met uw fysiotherapeut of arts.

Als herstel uitblijft biedt een operatie een goede oplossing. Uw behandelend fysiotherapeut kan u hierover inlichten. Na de operatie is fysiotherapie een vast onderdeel van het revalidatieproces. Wanneer u wat mag tijdens de revalidatie hangt af van de inzichten en mening van de orthopedisch chirurg die u heeft geopereerd.

Veel succes, Chiel Delver, manueel therapeut/ fysiotherapeut/ MSU echografist