

SCHOUDERKLACHTEN: BICEPS PEESSCHEUR

De biceps is de spier aan de voorzijde van de bovenarm. Deze bestaat uit twee delen; een lange en een korte kop. De pees van de lange kop kan bovenaan de arm, in de schouderregio, afscheuren. Dit komt meestal voor bij mensen ouder dan 50 jaar, vaak ten gevolge van een flinke krachtsinspanning.

BELOOP

Het ontstaan is acuut. Vaak is na verloop van tijd een blauwe plek te zien in de bovenarmregio. Herstel van functie treedt spontaan op. Er blijft altijd verminderde kracht, bv bij tillen en dragen.

ONDERZOEK

De diagnose is duidelijk te stellen; aan de voorzijde van de bovenarm is een duidelijke bolling te zien, zeker bij het buigen van de elleboog. In twijfelgevallen is een echografie zinvol.

BEHANDELING

De behandeling bestaat uit geleidelijke opbouw naar herstel van functie op geleide van de pijn. Fysiotherapeutische behandeling is niet noodzakelijk.

OEFENINGEN

Er zijn geen zinvolle specifieke oefeningen bij deze klacht.