



Gekneusde of gebroken ribben

De arts op de Spoedeisende Hulp (SEH) heeft geconstateerd dat u 1 of meerdere gebroken of gekneusde ribben heeft. Een gekneusde rib of een gebroken rib herstelt meestal vanzelf binnen een paar weken. U kunt nog wel langere tijd pijn voelen bij bepaalde bewegingen of hoesten. Dit kunt u 6 tot 12 weken na het ongeval nog voelen, soms zelfs nog langer.

Complicaties

Complicatie bij gekneusde of gebroken ribben kunnen zijn een longontsteking of een klaplong.

- **Longontsteking**
Bij een longontsteking zijn de kleinere luchtwegen en longblaasjes ontstoken. U kunt last hebben van hoesten, benauwdheid, koorts en u moe voelen. Dit kan ontstaan doordat het door de pijn moeilijk is om diep in en uit te ademen.
- **Klaplong**
Bij een klaplong is de long voor een deel of helemaal ingeklapt. Dit kan ontstaan door een gebroken rib. U kunt last hebben van een opeens heftige, stekende pijn in uw borst en u krijgt het benauwd.

Behandeling met pijnstillers

Gekneusde of gebroken ribben kunnen niet behandeld worden met gips. U krijgt tegen de pijn van de arts pijnstillers voorgeschreven. Het is belangrijk om de voorgeschreven pijnstillers volgens de adviezen van uw arts goed te gebruiken.

Als u minder pijn heeft lukt het u namelijk gemakkelijker om goed door te blijven ademen en te hoesten. Dit voorkomt een eventuele longontsteking.

Gebruik

Pijnstillers werken het beste wanneer u ze op vaste tijden inneemt en niet wacht totdat de pijn ondraaglijk wordt. Het duurt ongeveer 24 uur voordat de pijnstillende medicijnen maximaal werken.

De medicijnen die de arts u heeft voorgeschreven kunt u naast elkaar (bij elkaar) innemen.
Neemt u niet méér medicijnen in dan dat uw arts u heeft geadviseerd.

Wordt de pijn minder?

Wordt de pijn minder? Stopt u dan eerst met het innemen van ibuprofen, diclofenac of een ander voorgeschreven medicijn. Gebruikt u aanvullende medicijnen (maagbeschermer) bij uw pijnstillers? Dan kunt u met deze aanvullende medicijnen stoppen als u stopt met het gebruik van de aan u voorgeschreven pijnstillers.

Stopt u als laatste met de paracetamol.

Advies

U wordt geadviseerd de volgende medicijnen te gebruiken:

Pijnstiller(s)

- Paracetamol tablet 500 milligram..... keer per dag 2 tabletten tegelijk (dus 1000 milligram = 1 gram)
- Ibuprofen tablet 400 milligram..... keer per dag 1 tablet
- Diclofenac tablet 50 milligram..... keer per dag 1 tablet
-keer per dag
-keer per dag

Aanvullende medicijnen

- Omeprazol 20 milligram 1 keer per dag 1 tablet
- Movicolon sachet 1 keer per dag

Allergisch of overgevoelig

Bent u allergisch of overgevoelig voor bepaalde medicijnen? Of twijfelt u hierover? Geeft u dit dan aan bij uw arts of apotheek.

U kunt beter **géén** diclofenac of ibuprofen gebruiken als u bekend bent met:

- allergie of overgevoeligheid voor ibuprofen/diclofenac of NSAID
- maagklachten
- hartfalen
- nierfunctiestoornissen

U kunt beter **géén** opiaten gebruiken als u bekend bent met:

- allergie of overgevoeligheid voor opiaten
- ernstig COPD/asthma
- leverfunctiestoornissen
- verwardheid/delier
- chronische obstipatie

Bijsluiter

Lees de bijsluiters goed door voor u start met het innemen van de medicijnen.

Zelf kopen of met een recept

U kunt paracetamol en ibuprofen zonder recept kopen bij de apotheek, drogist of supermarkt. Voor diclofenac en opiaten heeft u een recept nodig. Wanneer de arts vindt dat u diclofenac of opiaten moet gebruiken, dan zal hij u het recept meegeven.

In sommige gevallen krijgt u aanvullende medicijnen voorgeschreven. Deze moet u naast de pijnstillende medicijnen innemen. Hiervoor krijgt u ook een recept mee.

Adviezen voor thuis

Deze adviezen voor thuis zijn om een longontsteking te voorkomen.

- Zucht regelmatig diep door.
U doet dit door ieder uur een aantal keren achter elkaar diep in en uit te ademen.
- Moet u hoesten? Probeer dat dan niet tegen te houden. Probeer zo goed mogelijk te hoesten.
- Neem uw pijnstillers goed in.
Doorzuchten en (op)hoesten kan pijnlijk zijn, maar is wel erg belangrijk. Neem daarom de aan u gegeven medicijnen tegen de pijn goed in.
- Heeft u te veel pijn bij hoesten en ademen? Geef dan tegendruk bij het hoesten en ademen op de plaats van de breuk of kneuzing. U kunt tegendruk geven door bijvoorbeeld een kussen tegen uw rib(ben) te houden tijdens het hoesten en bij het in- en uitademen.

Contact opnemen

U moet contact opnemen met de afdeling Spoedeisende Hulp of uw huisarts als u last heeft van:

- plotselinge benauwdheid
- koorts
- hoesten met slijm

Neemt u **de eerste 24 uur** nadat u op de Spoedeisende Hulp bent geweest contact op met het Spaarne Gasthuis:

- Haarlem Zuid (023) 224 4880
- Haarlem Noord (023) 224 7880
- Hoofddorp (023) 224 6880

Voor ernstige klachten en letsels kunt u direct komen of belt u 112.

Neemt u na de eerste 24 uur bij klachten eerst contact op met uw huisarts.

Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord

Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl