



# Gebroken pols

## bij volwassenen

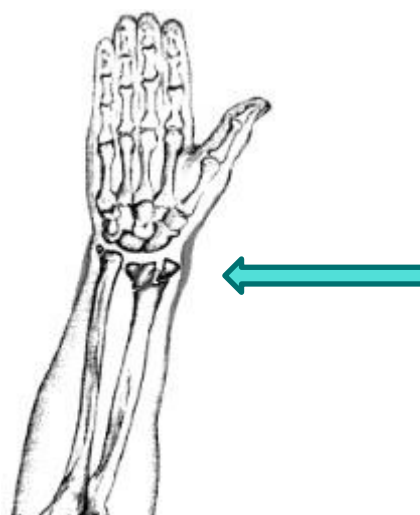
In deze folder leest u algemene informatie over de behandeling van een gebroken pols bij volwassenen. Uw situatie kan anders zijn dan in deze folder staat. Heeft u vragen over uw gesprek met de arts of de informatie in deze folder? Neemt u dan contact op met de poli chirurgie.

### De pols

De pols is het gewricht dat wordt gevormd door de handwortelbeentjes in de hand. En 2 botten in de onderarm; het spaakbeen en de ellepijp, zie tekening 1.



tekening 1



tekening 2

## De breuk

Bij een polsbreuk is er een breuk van het spaakbeen, ellepijp of beide botten dichtbij het polsgewricht, zie tekening 2 bij de pijl.

## Welke behandeling

- Zijn de botstukken maar weinig of niet verplaatst? Dan wordt er een gipsspalk aangelegd.
- Zijn de botstukken te veel verplaatst? Dan moet het bot “gezet” worden. Hiermee worden de botstukken weer op zijn plek gezet. Dit gebeurt meestal onder plaatselijke verdoving. In het gebied rond de pols krijgt u een prik met een vloeistof die het gebied verdoofd. Deze verdoving werkt ongeveer 1 uur. Na “het zetten” van het bot krijgt u een gipsspalk en wordt er een röntgenfoto gemaakt. Zo wordt gecontroleerd of het bot in de goede stand staat.
- Lukt het niet om het bot in de goede stand te zetten, dan is soms een operatie nodig.

## Na de behandeling

### Sling en hand hoog houden

De eerste dagen worden de arm en de hand meestal wat dikker.

Om te voorkomen dat de arm en de hand te dik worden, krijgt u een sling zodat u de hand hoog houdt. Een sling is een band om de nek waar de arm in rust. De sling mag overdag regelmatig af, zodat u uw schouder en elleboog kunt bewegen en soepel houden. In de nacht mag de sling ook af. Zit u rustig? Doe dan de sling af en leg uw hand hoog op een kussen.

Heeft u minder pijn en is uw hand niet meer dik? Dan hoeft u de sling niet meer te gebruiken. Dit is meestal na 1 of 2 weken.

### Pijn en pijnstillers

U krijgt een recept mee voor een pijnstiller. Let op: wanneer u bloed verdunnende medicijnen gebruikt, dan moet u dit aan de arts melden. De arts houdt dan rekening met het voorschrijven van de pijnstiller.

Meestal is de pijn de volgende dag minder.

Helpt de voorgeschreven pijnstiller niet? Neem dan contact op met de polikliniek chirurgie. Telefoonnummer vindt u onder “Vragen en telefoonnummers”.

### Bewegen

Het is belangrijk om de vingers te bewegen. Anders bestaat de kans dat de vingers stijf worden. Ook de dikte van de vingers blijft langer bestaan als u niet beweegt.

U houdt de vingers soepel door deze te buigen en te strekken. U hoeft hierbij geen kracht te gebruiken. Beweeg de vingers zonder dat het veel pijn doet.

U mag, als u daarbij geen pijn heeft, de hand licht gebruiken. Bijvoorbeeld het omslaan van een bladzijde.

### Controle afspraak

U krijgt een afspraak voor controle op de gipspolikliniek. Afhankelijk van de soort breuk wordt er soms een controlefoto gemaakt en een nieuw of extra gips aangelegd.

### Hoeveel weken gips en het verder herstel

Hoe lang u gips nodig heeft, hangt af van de soort breuk en kan van 3 tot 5 weken zijn.

Houd er rekening mee, dat u minimaal 6 weken nodig heeft, voordat u de pols weer redelijk kunt gebruiken. Volledig normaal en pijnvrij gebruik van de pols zal meestal pas na 3 maanden zijn. Maar kan soms tot een jaar duren. Soms is een behandeling bij een fysiotherapeut nodig.

## Mogelijke complicaties

Er bestaat een kans dat de botstukken na enkele dagen alsnog verplaatsen. Bij de controle afspraak staat het bot dan niet meer op de juiste plaats. Soms is het dan nodig om het bot 'opnieuw te zetten'. Soms is een operatie nodig om het bot weer op zijn plaats te zetten.

## Vragen en telefoonnummers

Het is belangrijk dat u juiste en duidelijke informatie krijgt. Met deze informatie beslist u, samen met uw arts, of u de behandeling laat doen. Heeft u nog vragen, stel ze gerust aan uw behandelend arts.

Heeft u vragen vóór of na de behandeling in het ziekenhuis, of doen zich thuis problemen voor, neem dan contact op met de polikliniek chirurgie. Schrijf uw vragen van tevoren op, zodat u niets vergeet, of stel de vragen alvast aan uw behandelaar via [MijnSpaarneGasthuis.nl](https://mijnspaarne.nl).

- Polikliniek chirurgie maandag t/m vrijdag van 8.00 – 16.30 uur (023) 224 0020
- 's avonds, 's nachts en in het weekend met:
  - Afdeling spoedeisende hulp, Spaarne Gasthuis Hoofddorp (023) 224 6880
  - Afdeling spoedeisende hulp, Spaarne Gasthuis Haarlem Zuid (023) 224 4880

**Niet dringende vragen** kunt u stellen aan uw arts tijdens de controle afspraak op de polikliniek of de belafpraak of via [Mijnspaarnegasthuis.nl](https://mijnspaarnegasthuis.nl).

## 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](https://www.spaarnegasthuis.nl)

### Hoofddorp

Spaarnepoort 1  
2134 TM Hoofddorp

[info@spaarnegasthuis.nl](mailto:info@spaarnegasthuis.nl)