



Operatie bij een gebroken sleutelbeen



bij volwassenen

In deze folder leest u algemene informatie over de operatie bij een gebroken sleutelbeen 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 schouder

De schouder is een gewricht wat door meerdere botten wordt gevormd. Het schoudergewricht bestaat uit het sleutelbeen, de bovenarm en het schouderblad. De rode cirkel geeft aan waar het sleutelbeen gebroken is.



De behandeling

Zijn de botstukken van de sleutelbeenbreuk te veel verplaatst? Dan wordt er gekozen voor een operatie. De breuk wordt dan met behulp van een plaat en schroeven in de goede stand gezet. Hierna krijgt u een sling om de arm rust te geven. U krijgt ook oefeningen mee die u zelf of samen met een fysiotherapeut kunt doen.



Wij proberen u binnen 2 weken na het ontstaan van de breuk te opereren. Uw arts legt uit wat er precies tijdens de operatie gaat gebeuren.

Voor de operatie

In de periode tot aan de operatie draagt u een sling of mitella. Dit is een band om de nek of over de schouder waar de arm in kan rusten.

De doktersassistente maakt voor u alle afspraken die nodig zijn voor de operatie. U krijgt een folder mee met de titel '[Dagopname in het Spaarne Gasthuis](#)'. U krijgt ook de folder '[Informatie over de Preoperatieve screening](#)' mee. Leest u deze folders goed door.

De assistente zet alle afspraken voor u op een kaartje.

U wordt 1 á 2 dagen voor de dag van de operatie gebeld. U hoort dan hoe laat u verwacht wordt en op welke verpleegafdeling.

Operatie

Tijdens de operatie wordt de breuk van het sleutelbeen weer op z'n plek gezet en vastgemaakt met een plaat en schroeven. De wond na de operatie zit ter hoogte van de breuk bij het sleutelbeen.

Na de operatie

De eerste 6 weken na de operatie mag u de arm wel bewegen en oefeningen doen om de schouder niet stijf te laten worden. U mag alleen niets tillen wat zwaarder is dan 1 kilogram.

Sling

Het advies is om de eerste 2 weken een sling te dragen ter comfort. De sling mag regelmatig af, zodat u uw schouder en elleboog kunt bewegen en soepel kunt houden. De sling mag overdag regelmatig af, zodat u uw oefeningen kunt uitvoeren en de arm kunt bewegen en soepel houden. Momenten waarop u de sling kan dragen zijn bijvoorbeeld: tijdens wandelen of in het openbaar vervoer. In en om het huis mag de sling af.

Pijn en pijnstillers

Samen met de anesthesist bespreekt u welke verdoving u krijgt. Meestal wordt een lokale verdoving gebruikt. Hierbij worden de zenuwen die naar de arm lopen verdoofd. Dit wordt ook wel een blokkade genoemd. Welke vorm van verdoving u precies krijgt hoort u tijdens de pré-operatieve screening. U krijgt dan ook een folder mee met de soort verdoving die u krijgt.

Na de operatie zal de verdoving door deze blokkade langzaam uitwerken. Als u naar huis gaat krijgt u informatie mee over welke medicijnen tegen de pijn u moet gebruiken en als dat nodig is krijgt u een recept mee om ze te halen bij de apotheek.

Bent u geopereerd met een blokkade? En gaat u al naar huis voordat deze volledig is uitgewerkt? Dan is het belangrijk dat u de medicijnen tegen de pijn toch alvast op vaste tijden gaat innemen. Ook als u nog nauwelijks tot geen pijn heeft. De medicijnen tegen de pijn hebben namelijk tijd nodig voordat ze gaan werken en zo voorkomt u dat het te pijnlijk wordt.

In de eerste dagen na de operatie wordt de pijn al vaak steeds wat minder. Helpen de voorgeschreven pijnstillers niet? Neem dan contact op met de polikliniek chirurgie. Telefoonnummer vindt u onder "Vragen en telefoonnummers".

Bewegen en fysiotherapie

Na de operatie kunt u al snel gaan beginnen met bewegen. De plaat en schroeven die gebruikt wordt om de breuk vast te zetten zorgen er voor dat het stevig genoeg is voor oefeningen.

De oefeningen zorgen ervoor dat uw arm niet stijf wordt en u goed kunt blijven bewegen. Uw vingers, pols en elleboog mag u direct na de operatie weer gaan bewegen. Voor het bewegen van de schouder krijgt u wel adviezen mee. Deze leest u hieronder.

Eerste 6 weken

Het is belangrijk dat u de eerste 6 weken na de operatie uw arm niet verder dan 90 graden naar voren en opzij beweegt. Dit betekent dat uw arm/hand niet hoger mag komen dan schouderhoogte. Dit is omdat het sleutelbeen dan mee gaat bewegen en er te veel kracht op de breuk kan komen.

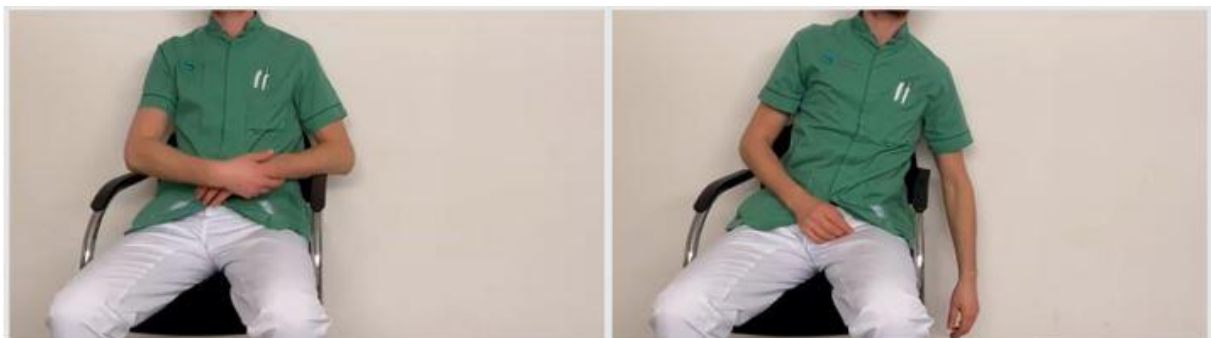
Eerste 2 weken

De eerste 2 weken mag u kleine bewegingen in de schouder gaan maken. U mag rondjes draaien met de schouder en slingeren. In beide gevallen hangt de arm rustig langs het lichaam. U mag daarbij staan of zitten. Doe deze oefeningen 5 tot 6 keer per dag.

U mag uw onderarm gebruiken, zolang dit zonder pijn gaat. Bijvoorbeeld met typen en bij het gebruiken van uw telefoon.

Oefeningen die u 5 tot 6 keer per dag moet doen

- Ga zitten op een stoel of ga staan en leun met het lichaam naar de kant waar u geopereerd bent. Laat de arm ontspannen naast u hangen en draai hier langzaam rondjes mee. Doe dit ongeveer 1 minuut.



- Ga zitten op een stoel of ga staan. Draai uw schouder aan de kant waaraan u geopereerd bent rond. Doe dit heel rustig en met kleine bewegingen.

De 3^e, 4^e, 5^e en 6^e week

- Daarna mag u in de 4 opvolgende weken langzaam de arm meer gaan oefenen (tot 90 graden naar voren en opzij).
- U mag uw arm in de 3^e en 4^e week ook meer gaan gebruiken en belasten.
 - U mag uw arm tot 1 a 2 kg belasten.
 - Daarbij mag u ook uw arm meer gaan gebruiken. Denkt u hierbij aan: het smeren van een broodje of het pakken van een kop koffie of pak melk.
- In de 5^e en 6^e week mag u dit langzaam verder uitbreiden.
 - U mag uw arm tot 2 a 4 kg belasten.
 - Daarbij mag u ook uw arm meer gaan gebruiken. Denkt u hierbij aan: lichte huishoudelijke taken zoals was opvouwen, tafel dekken enzovoorts.



Na 6 weken

Na 6 weken mag u verder opbouwen met oefenen van de arm en het belasten. Dit kan nog klachten geven. Het is belangrijk om niets te forceren. Luister goed naar uw lichaam.

Fysiotherapie

Wij adviseren om tijdens het herstel met een fysiotherapeut aan de slag te gaan. Deze kan u begeleiden tijdens het herstel en de oefeningen met u doornemen en uitbouwen.

Complicatie

Infectie (ontsteking)

Een complicatie van een operatie is het optreden van een infectie van de operatiewond. Een infectie geeft meer pijn, roodheid en zwelling rondom de wond. En er kan meer vocht uit de wond komen. De behandeling hiervan is afhankelijk van het soort infectie. Soms kan de infectie met antibiotica worden behandeld. Soms is het nodig om de wond door uw behandelend arts te laten openen zodat vuil en vocht naar buiten kunnen.

Heeft u klachten en denkt u dat u een infectie heeft aan uw wond? Neemt u dan altijd contact op. Telefoonnummer vindt u onder "Vragen en telefoonnummers".

Controle afspraak

U krijgt na de operatie een afspraak mee voor controle op de polikliniek. Dit kan na 2 of 6 weken zijn. Vaak wordt er 6 weken na de operatie een controle röntgenfoto gemaakt van het sleutelbeen.

Het verdere herstel

6 Weken na de operatie mag u de arm steeds meer gaan belasten. In de maanden hierna zullen de (pijn)klachten langzaam verder afnemen en de bewegelijkheid en spierkracht toenemen. Het complete herstel kan 6 tot 12 maanden duren.

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 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 poli chirurgie. Schrijf uw vragen van tevoren op, zodat u niets vergeet, of stel de vragen alvast aan uw behandelaar via MijnSpaarneGasthuis.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 tijdens de controle op de polikliniek of de belafpraak of via 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

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl