

# Afwijkingen van de bicepspees

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op [www.asz.nl/brmo](http://www.asz.nl/brmo).

**albert  
schweitzer**



# Inleiding

Uw orthopeed heeft u verteld dat u afwijkingen aan de bicepspees heeft.

In deze folder leest u wat dit precies is en hoe het kan worden behandeld. Aan het einde van de folder vindt u praktische informatie.

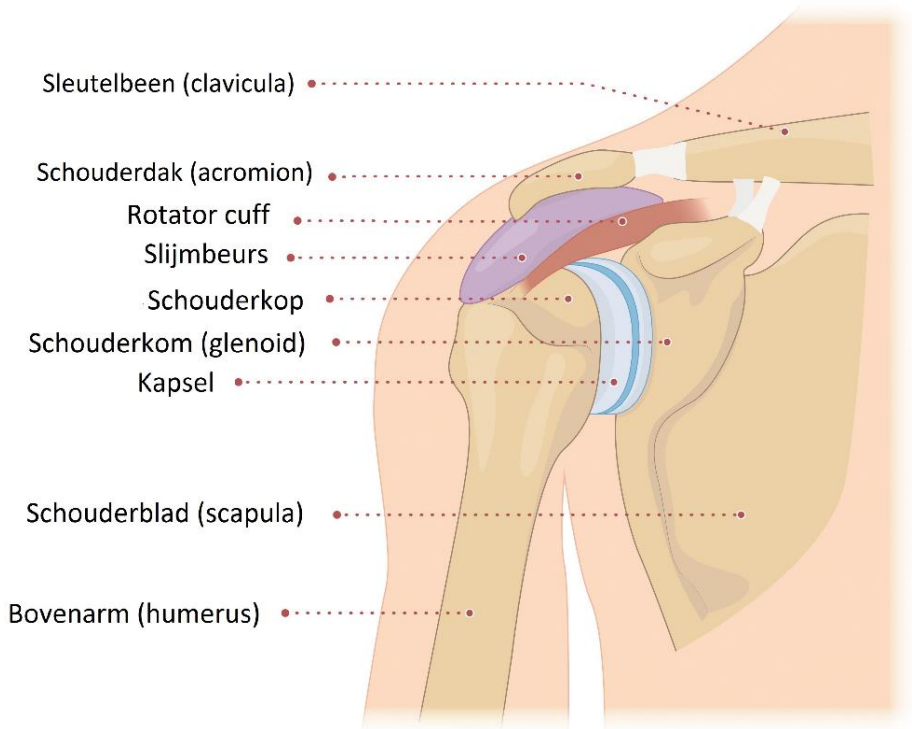
Wij vinden het belangrijk dat u goed en volledig geïnformeerd wordt. Heeft u na het lezen van de informatie nog vragen, dan kunt u natuurlijk contact met ons opnemen.

Team Orthopedisch Centrum Albert Schweitzer ziekenhuis

# De gezonde schouder

Het schoudergewricht (zie afbeelding 1) wordt gevormd door de kop van de bovenarm (humerus) en het kommetje (glenoïd) dat onderdeel uitmaakt van het schouderblad (scapula).

De botuiteinden in het gewricht zijn bedekt met een laag kraakbeen van ongeveer 2 mm. Deze laag is glad en elastisch zodat de kop soepel in de kom kan bewegen. Op en rondom het kommetje bevindt zich een kraakbeen ring (labrum). Dit zorgt voor stabiliteit van het gewricht. Aan de bovenzijde van het kommetje hecht de lange kop van de bicepspees aan.



*Afbeelding 1: Het gezonde schoudergewricht.*

## **Rotator cuff**

Daarnaast is het gewricht omgeven door een kapsel waaroverheen andere spieren en pezen lopen. Deze worden de rotator cuff genoemd. De rotator cuff bestaat uit de volgende spieren en bijbehorende pezen: de suprapinatus, infraspinatus, teres minor en de subscapularis.

De rotator cuff zorgt voor onder andere het kunnen optillen en draaien van de bovenarm. Ook zorgt de rotator cuff voor stabiliteit tijdens het bewegen.

## **Schouderdak**

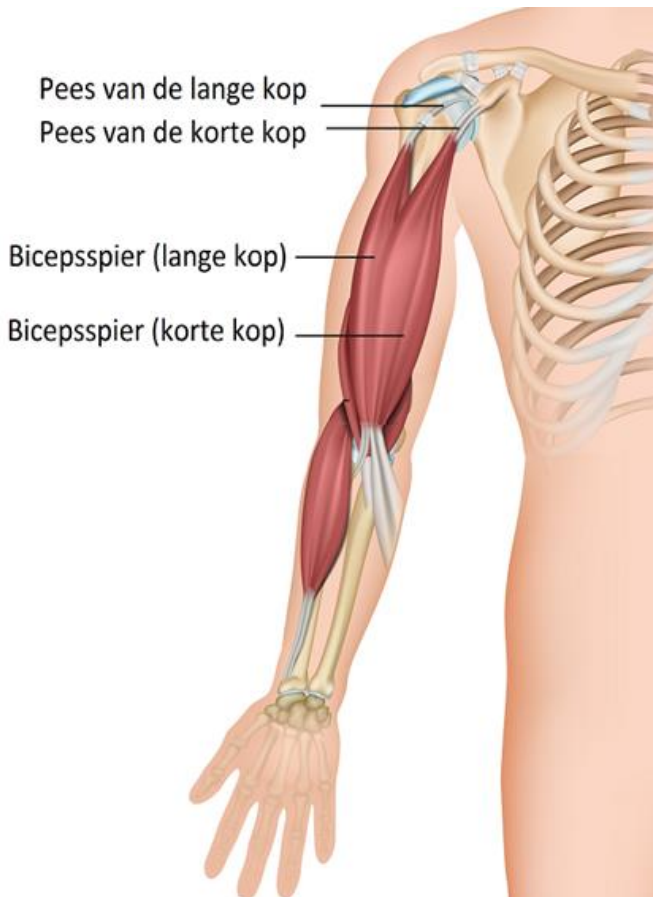
Boven de schouderkop en de pezen van de rotator cuff, zit het schouderdak (acromion) met daartussen een slijmbeurs. Deze slijmbeurs zorgt ervoor dat de pezen soepel kunnen bewegen.

Tot slot vormt het schouderdak nog een gewrichtje met het sleutelbeen (clavicula). Dit wordt ook wel het acromio-claviculaire gewricht genoemd.

# **De biceps**

De bicepsspier zit met twee pezen vast aan de voorkant van de schouder: de korte kop en de lange kop. De korte kop hecht aan net buiten de schouder terwijl de lange kop aanhecht op de bovenzijde van het kommetje in de schouder (zie afbeelding 2 op de volgende pagina).

De spier eindigt net voorbij de elleboog en zorgt onder andere voor het buigen van de elleboog, het opendraaien van de onderarm en het draagt ook bij aan het optillen van de bovenarm.



*Afbeelding 2: De biceps en de pezen.*

Ondanks dat er veel onderzoek naar gedaan is, is de functie van de lange kop van de biceps niet helemaal duidelijk. Patiënten bij wie de lange bicepspees tijdens een operatie is doorgesneden (= tenotomie) vanwege terugkerende pijn en irritatie van de pees, blijken daar weinig last van te hebben. Zij kunnen de arm goed bewegen.

## **Klachten**

Als er klachten bestaan van de biceps, dan is meestal de lange bicepspees de oorzaak. De klachten door schade aan de bicepspees bestaan vooral uit pijn aan de voorzijde van de schouder. Vaak is er uitstraling van de pijn aan de voorkant van de bovenarm.

## **Oorzaak**

Irritatie of schade aan de lange bicepspees kan twee oorzaken hebben:

- Door slijtage.
- Door instabiliteit van de pees. De pees loopt door een gootje in de bovenarm (de biceps groeve) vlak voordat de pees het schoudergewricht in loopt en aanhecht boven het kommetje. Soms is er sprake van instabiliteit van de pees, waardoor deze niet meer goed in het gootje ligt en pijnklachten kan geven.

## **Onderzoek**

Uw orthopeed stelt de diagnose aan de hand van de combinatie van uw verhaal, lichamelijk onderzoek en eventueel aanvullende onderzoeken van de schouder. Naast een röntgenfoto, kan vooral een echo van de schouder meer informatie geven.

Daarnaast kan een pijnstillende injectie gebruikt worden om de diagnose vast te stellen.

## **Mogelijke behandelingen**

Er zijn verschillende behandelingen mogelijk om schade aan de lange bicepspees te behandelen.

Het advies verschilt per patiënt en hangt af van de wensen van de patiënt. Daarbij zijn ook de kwaliteit van het weefsel en de mate van schade van belang.

- *Medicijnen*: ontstekingsremmende pijnstillers (NSAID's), zoals diclofenac of ibuprofen.
- *Fysiotherapie*: de fysiotherapeut kan met gerichte oefeningen proberen om de spieren rondom het schoudergewricht en de bicepsspier te versterken en de aansturing en coördinatie te verbeteren.
- *Injectie met corticosteroiden in het schoudergewricht*: een combinatie van een pijnstiller en ontstekingsremmer. Meer informatie kunt u lezen in de folder die we hierover hebben. De injectie kan ook worden gebruikt om de diagnose te bevestigen.
- *Operatie*: als bovengenoemde behandelingen niet voldoende helpen, kan een operatie nodig zijn.

## Operatie

Uw orthopeed bespreekt met u welke operatie het meest geschikt is.

- **Biceps tenotomie** (tenotomie = losmaken pees): de pees van de lange kop van de biceps wordt via een kijkoperatie in de schouder losgemaakt van de aanhechting aan de bovenzijde van het kommetje. De pees zakt na het losmaken weg in het gootje en groeit daar weer vast (verkleeft). De pees geeft geen pijn meer. De spier van de bovenarm houdt wel voldoende spierkracht. Dit kan via een kijkoperatie.



- **Biceps tenodese** (tenodese = vastzetten pees): de pees van de lange kop van de biceps wordt na het losmaken aan de bovenzijde van het kommetje, iets lager op de bovenarm met een schroef weer vastgezet. Dit kan via een kijkoperatie of via een iets grotere snede aan de onderzijde van de oksel.

## Tot slot

Heeft u na het lezen van de folder nog vragen? Bel dan gerust naar de polikliniek van het Orthopedisch centrum Albert Schweitzer ziekenhuis. Wij beantwoorden uw vragen graag.

De polikliniek Orthopedie is bereikbaar op maandag t/m vrijdag van 08.00-12.00 en 13.00-16.30 uur, tel. (078) 652 32 70.

### **Locaties Albert Schweitzer ziekenhuis**

- Locatie Dordwijk,  
Albert Schweitzerplaats 25, 3318 AT Dordrecht
- Locatie Zwijndrecht,  
Langeweg 336, 3331 LZ Zwijndrecht
- Locatie Sliedrecht,  
Stationspark 401, 3364 DA Sliedrecht

Geef hier uw mening over deze folder: [www.asz.nl/foldertest](http://www.asz.nl/foldertest)

*Afbeelding 2 in deze folder is afkomstig van Shutterstock en via een licentieovereenkomst door ons verkregen. Het is derhalve aan derden niet toegestaan om deze afbeeldingen op welke wijze dan ook, te gebruiken of te kopiëren. Voor het eigen gebruik van deze afbeeldingen verwijzen wij naar [www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)*





Albert Schweitzer ziekenhuis  
augutus 2024  
pavo 1592