

Mallet finger (hamervinger)

Behandeling met een spalk door de
chirurg

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op www.asz.nl/brmo.

**albert
schweitzer**

Inleiding

De chirurg heeft met u besproken dat u behandeld wordt aan een mallet finger (hamervinger). In deze folder leest u meer over de aandoening en de behandeling met een spalk.

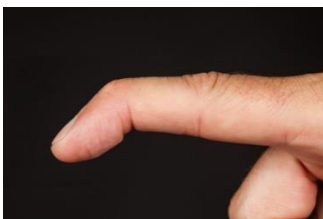
Wat is een mallet finger?

Het woord 'mallet' is Engels voor 'hamer'. Bij een mallet finger (hamervinger) blijft het topje van de vinger in gebogen stand staan. Het is een typische sportblessure en komt vaak voor bij balsporten. Maar een mallet finger kan ook ontstaan bij dagelijkse activiteiten. Dit gebeurt meestal als u het laatste kootje van uw vinger erg snel en ver buigt. De strekpees van het laatste kootje kan dan scheuren. Soms kan ook een stukje bot afscheuren. Een mallet finger lijkt geen ernstige blessure maar is in het dagelijks leven hinderlijk. U blijft met deze vinger makkelijk achter dingen haken.

Klachten

Direct na het afscheuren van de strekpees is de vinger is vaak pijnlijk en is het laatste kootje (DIP-gewricht) gezwollen. Ook kunt u drukpijn tussen de nagel en het laatste gewricht hebben. De vingertop is licht gebogen. U kunt zelf de vingertop strekken. Dit hangende topje lijkt op een hamertje.

Als een Mallet finger niet wordt behandeld, kan na verloop van tijd een misvorming (Swanneck deformity) ontstaan.



Behandeling

Bij de mallet finger onderscheiden we twee typen. Het afscheuren van de strekpees van het bot (tendo-myogene mallet) of het afscheuren van een stukje bot (ossale mallet).

Er zijn twee manieren om een mallet finger te behandelen: met of zonder een operatie. De chirurg heeft met u besproken dat u behandeld gaat worden met een spalk.

Een spalk

Meestal kan een mallet finger met een spalk behandeld worden. Op de polikliniek Chirurgie of op de gipskamer wordt een mallet spalk of aangepaste gipsspalk voor u gemaakt. Uw vinger zit in gestrekte stand in deze spalk. Zo krijgen de uiteinden van de afgescheurde pees of afgescheurde stukje bot rust en kan de vinger genezen. Deze spalk moet u dag en nacht omhouden, omdat anders de herstellende pees weer kan afscheuren.

U mag in deze periode het topje van deze vinger niet bewegen. Bij het buigen van deze vinger verstoort u de genezing. Dan moet de behandeling opnieuw gestart worden! De overige gewrichten en vingers mag u wel gewoon bewegen.

Instructies

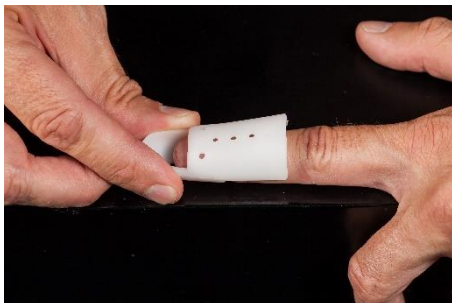
Tijdens de behandeling is het volgende belangrijk:

- Probeer de aangedane hand niet te zwaar te belasten.
- Houd de hand de eerste tijd hoog, als deze neigt tot zwellen.
- Als de spalk nat wordt, moet u de spalk en uw vinger drogen.
- Uw vinger moet altijd gestrekt blijven.
- U draagt de spalk continue gedurende 6 weken.

Verzorging van uw vinger/spalk

Omdat u de spalk langere tijd moet dragen, leggen we u hierna uit hoe u uw vinger en de spalk in deze periode verzorgt.

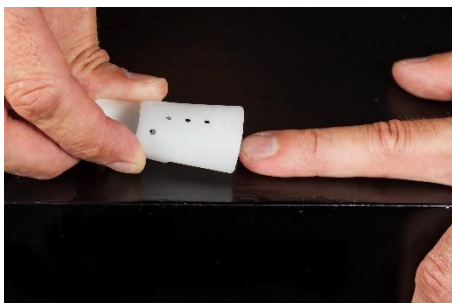
Leg uw vinger plat op een tafel.



Schuif de spalk voorzichtig van uw vinger terwijl u uw vinger in gestrekte stand houdt.

Verzorg uw vinger, terwijl u deze gestrekt op de tafel laat liggen.

Laat de spalk door iemand anders schoonmaken en goed afdrogen.



Schuif nu de spalk onder uw vingertopje.



Tape het spalkje vast, zoals u geleerd is bij het aanleggen van de spalk.



De spalk zit er weer om en de vinger mag weer bewegen worden.

Het schoonmaken van uw vinger/spalk is lastig om met één hand te doen. We raden u aan om dit samen met iemand anders te doen.

Klachten tijdens de behandeling

Klachten die tijdens de behandeling met een spalk kunnen optreden zijn:

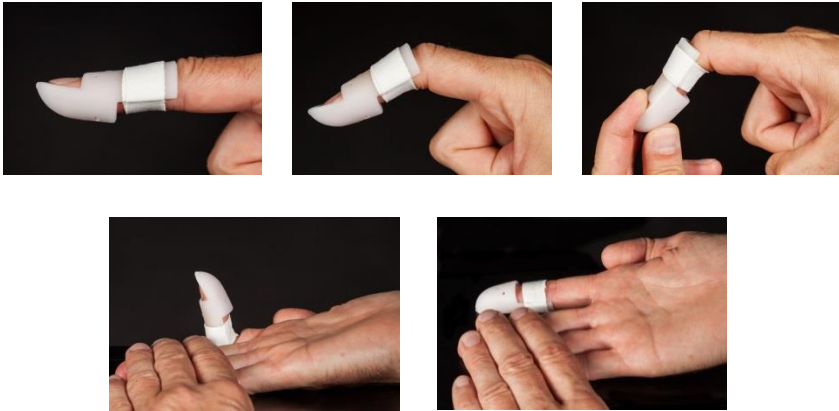
- Zwelling van de vinger. De vinger heeft waarschijnlijk te lang naar beneden gehangen. Belangrijk is de hand hoog te houden.
- Tintelingen in de vinger. De spalk kan te strak zitten door toename van zwelling en door te veel activiteit. Ook hierbij is het belangrijk om de hand hoog te houden.
- Irritatie van de huid (allergie of verweking van de huid).
- Te ruime spalk. Door afname van de zwelling kan er ruimte ontstaan. U belt tijdens kantooruren met de gipskamer zodat er een nieuwe goed zittende spalk aangemeten kan worden.

Het is belangrijk dat u de spalk drooghoudt, hierdoor voorkomt u klachten en irritatie van de huid.

Oefeningen

In de eerste 6 weken waarin u de spalk continu draagt, oefent u Drie tot vijf keer per dag.

Buig het middelste gewricht van uw aangedane vinger. Strek vervolgens de vinger weer. Dit herhaalt u tien keer.



Controle

Na de periode van 6 weken wordt uw vinger opnieuw bekeken op de polikliniek Chirurgie.

Als het eindkootje recht staat kunt u starten met fysiotherapie om uw vinger weer goed te leren bewegen. Hiervoor krijgt u een verwijzing mee. In deze periode draagt u de spalk nog twee weken 's nachts. Overdag bouwt u het dragen van de spalk af in 4 - 6 weken.

Als ondanks de spalk de vinger krom blijft staan, kan overwogen worden de spalk nogmaals 6 weken te dragen of er kan een operatie gedaan worden. Dit kan verdere kromstand van de vinger voorkomen.

Als bij u een operatie nodig is, kunt u door de chirurg of de plastisch chirurg worden geopereerd. U krijgt dan een aparte folder mee over de operatie.

Oefeningen bij de fysiotherapeut

Actieve strekoefening

Oefen de strekoefening drie tot vijf keer per dag, tien keer. Houd de strekstand steeds 5 seconden vast.



Actieve buigoefeningen

Per week kan laatste kootje door oefenen ongeveer 10° verder buigen.

U kunt het buigen eenvoudig thuis oefenen door cilinders van verschillende dikte te gebruiken. Dit kunnen bijvoorbeeld regenpijpen van verschillende dikte zijn. Deze kunt u bij een bouwmarkt kopen. Ook kunt u plastic flessen van verschillende diktes gebruiken.

De buigoefeningen met cilinders doet u drie tot vijf keer per dag, tien keer. Houd de buigstand steeds 5 seconden vast.



Vergeet niet na het oefenen uw spalk weer aan te doen!
Na ongeveer 3 maanden kunt u weer een volledige vuist maken.

Advies

We raden u aan om bij contactsporten of sporten met explosieve kracht (inclusief balsporten zoals basketbal of volleybal) de vinger te tappen tot een ½ jaar na het letsel.

Vergoeding van de behandeling

De vergoeding van de behandeling is meestal opgenomen in het basispakket van uw ziektekostenverzekering. Wij adviseren u om dit na te vragen bij uw ziektekostenverzekeraar.

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Stel ze dan gerust aan de chirurg of physician assistant traumachirurgie. Zij beantwoorden uw vragen graag. U kunt van maandag t/m vrijdag tussen 08.00 -16.30 uur bellen naar de polikliniek Chirurgie, tel. (078) 652 32 50.

Geef hier uw mening over deze folder: www.asz.nl/foldertest/

Albert Schweitzer ziekenhuis
oktober 2024
pavo 1538