

# PATIËNTEN INFORMATIE

## Pols/Peesschede ontsteking van de Quervain

Hand en Pols Expertisecentrum



Spijkenisse  
Medisch Centrum

Door middel van deze informatiefolder wil het Hand en Pols Expertisecentrum van Spijkenisse Medisch Centrum een globaal overzicht geven over de gang van zaken rond een pols/peesschede ontsteking van de Quervain. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig te lezen. Het is goed te realiseren dat uw persoonlijke situatie anders kan zijn dan beschreven.

## **Hand en Pols Expertisecentrum**

Het Hand en Pols Expertisecentrum van Spijkenisse Medisch Centrum is gespecialiseerd in acute en ernstige letsels en aandoeningen van de hand en pols. Iedereen met hand- en polsproblematiek kan terecht in het expertisecentrum, waar zowel eenvoudige als meer complexe aandoeningen kunnen worden behandeld. Er is een nauwe samenwerking met het Hand en Pols Expertisecentrum van het Maasstad Ziekenhuis.

## **Wat is een pols/peesschede ontsteking van de Quervain?**

U kunt met uw duim allerlei bewegingen maken. Deze bewegingen zijn o.a. mogelijk door de aanwezigheid van verschillende pezen in de duim. Een pees is de verbinding tussen spier en bot. Wanneer een spier wordt aangespannen trekt de pees aan het bot, waardoor een lichaamsdeel beweegt. In de duim lopen drie pezen welke zorgen voor het strekken en het naar buiten bewegen van de duim. Twee van deze pezen lopen door een nauwe tunnel (peesschede) aan de duimzijde van de pols. Doordat de peesschede aan de binnenzijde een slijmvlieslaag heeft glijdt de pees hier makkelijk door heen. Bij een (pees)schede ontsteking van de Quervain (ook wel Morbus de Quervain genoemd) zijn deze twee pezen of de peesschede geïrriteerd (ontstoken). Vanwege de ontstekingsreactie kunnen de pezen niet goed door de koker bewegen. De oorzaak van een ontstekingsreactie is niet bekend en wordt soms geassocieerd met overbelasting of herhaalde bewegingen. De peesschede van twee pezen naar de duim is ontstoken, hetgeen erg pijnlijk kan zijn (omcirkelde gebied in bovenstaande tekening). Bij een operatie wordt de peesschede gekliefd zodat de pezen weer tot rust kunnen komen.



*Tunnel waardoor de pees loopt*



*Tunnel waardoor de pees loopt*

## Klachten

Bij een (pees)schede ontsteking van de Quervain kunt u last hebben van:

- Pijn en zwelling aan de duimzijde van de pols met soms uitstraling naar de onderarm.
- Verergering van de klachten bij het strekken of buigen van de duim.

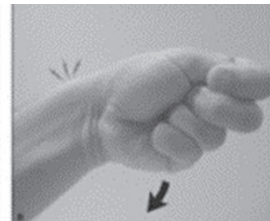
## Onderzoeken

U bespreekt uw klachtenpatroon met de arts. Tijdens het lichamelijk onderzoek wordt vaak de test van Eichoff door de arts uitgevoerd. Hierbij wordt de duim in de handpalm gelegd. Vervolgens wordt gevraagd een vuist te maken door de vingers over de duim heen te leggen. De arts kantelt de pols richting de pinkzijde.

Indien op dat moment veel pijn optreedt aan de duimzijde van de pols wijst dit op een (pees)schede ontsteking van de Quervain. Er is slechts zelden aanvullend onderzoek nodig. Soms wordt ook de test van Finkelstein uitgevoerd. Hierbij wordt de duim gestrekt en naar achteren geduwd en de hand gekanteld richting de pinkzijde. Indien hierbij dezelfde klachten optreden als bij de Eichoff test wijst dit wederom op een (pees)schede ontsteking van de Quervain.



*Test van Finkelstein*



*Test van Eichoff*

## **Behandeling**

### ***Niet-operatieve behandeling***

- Rust en ontstekingsremmers
- Spalktherapie/ Oefentherapie - Hierbij wordt zowel de pols als de duim geïmmobiliseerd. U dient de spalk 3-6 weken te dragen. Daarnaast wordt u door de handtherapeut begeleid met houdings- en bewegingsadviezen zodat de pees gedurende de immobilisatieperiode niet verkleefd raakt aan en/of vast gaat zitten aan zijn omgeving.
- Injectie met ontstekingsremmers (corticosteroïden). Het effect van de injectie treedt op binnen enkele dagen tot weken. Soms is het zinvol de injectie op een later moment te herhalen. Veelvuldig injecteren is echter niet verstandig.

Vaak wordt een combinatie van bovenstaande behandelingen toegepast.

### ***Operatieve behandeling***

Indien de niet-operatieve behandelingsopties geen goed effect hebben wordt gekozen voor een operatieve behandeling waarbij de betreffende peesschede wordt opengemaakt om ruimte te bieden voor de twee pezen.

### ***Voor de operatie***

Voor de operatie dient u rekening te houden met onderstaande zaken:

- Draag makkelijke, ruimvallende kleding.
- Neem een begeleider mee naar het ziekenhuis om u na de operatie te helpen bij het aankleden/vervoer naar huis.
- Draag geen sieraden of nagellak.
- Haal alvast pijnstilling in huis (paracetamol volstaat).
- Geef eventuele allergieën voor de ingreep door aan de arts.
- Stop in overleg met de arts enkele dagen voor de operatie met bloedverdunnende medicatie. U kunt dit meestal één dag na de operatie weer hervatten.

## **Operatie**

Tijdens de operatie ligt u op de rug met uw arm opzij. De operatie gebeurt poliklinisch onder lokale verdoving of in dagbehandeling onder verdoving van de gehele arm. Slechts zelden wordt gekozen voor volledige narcose. Voor de start van de operatie kunt u een band (bloedleegteband) om de bovenarm krijgen. Deze band wordt, nadat de verdoving is ingewerkt opgeblazen. Door de druk van de band worden de bloedvaten naar de hand dichtgedrukt. Gedurende de ingreep stroomt een korte periode geen bloed naar de hand en wordt een beter zicht voor de chirurg gecreëerd. De druk van deze band kan als onprettig worden ervaren.

Tijdens de operatie wordt een kleine snede gemaakt aan de duimzijde van de pols. De huid wordt opzij gehouden waarbij het belangrijk is dat de gevoelszenuw in dit gebied niet wordt beschadigd. Het dak van de peesschede wordt gespleten, inclusief de eventuele tussenschotten.

Na de operatie laten wij deze band rondom de bovenarm weer leeglopen zodat de bloedaanvoer naar de hand weer herstelt. Dit kan kortdurend prikkelende sensaties geven. De irritatie van de pezen is niet altijd direct verdwenen. In de weken tot maanden na de operatie herstelt het dak weer, maar is het dak wijder geworden. Hierdoor hebbende pezen meer ruimte gekregen. Deze kunnen zonder moeite door de peesschede glijden en herstellen van de irritatie.

## **Nazorg**

- Na de operatie krijgt u een drukverband. U dient het verband droog te houden. Tijdens douchen kunt u een plastic zak om de hand doen. Indien het verband te strak zit, mag u eventueel het buitenste verband opnieuw aanleggen.
- U dient de hand de eerste drie dagen hoog te houden. U krijgt een draagdoek (mitella) aangemeten. U dient de mitella de eerste drie dagen te dragen of de hand hoog te houden (hand hoger houden dan de elleboog). Thuis kunt u de mitella eventueel afdoen en uw hand op een kussen 'hoog' leggen. 's Nachts hoeft u de mitella niet te gebruiken, u kunt uw hand het beste op een kussen laten rusten.

- Het is van belang dat u de vingers regelmatig beweegt om stijfheidsklachten te voorkomen. Dit kunt u doen door 5 x per dag 10 maal de vingers recht te maken en 10 maal de vingers ontspannen te buigen. Vermijd met kracht het maken van een vuist.
- Dit herhaalt u nog eens waarbij u de andere hand gebruikt om de vingers te helpen met bewegen. Daarnaast kunt u 5 x per dag 10 maal de vingers spreiden en sluiten om het vocht uit de hand weg te pompen.
- Uw behandelend arts bepaalt hoe lang het verband blijft zitten, wanneer u kan starten met oefenen van de duim en of hierbij het andenteam wordt ingeschakeld.
- Voor eventuele napijn kunt u paracetamol (max. 4 x daags 1000 mg) gebruiken.
- Wij adviseren u om met een verband geen auto te rijden. De verantwoordelijkheid ligt bij uzelf. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met uw zorgverzekeraar. Verzekeraars kunnen weigeren om uit te betalen in geval van schade.
- De hechtingen worden na ca. 10 - 14 dagen door een verpleegkundige/ doktersassistent verwijderd. Na het verwijderen van de hechtingen krijgt u vaak nog voor 7 dagen hechtpleisters op het litteken. Met de hechtpleisters kunt u gewoon mee douchen, ze kunnen tegen water.
- Vettigheid zoals crème, olie en zeep moet u proberen te vermijden, dan kunnen ze loslaten.
- Als het litteken genezen en droog is, mag u het litteken eventueel inmasseren met littekencrème (vitamine e crème). Dit om het litteken soepel te houden en littekenweefsel te voorkomen.

### **Hersteltraject (operatieve behandeling)**

De duur van de herstelfase na operatie aan (pees)schede ontsteking van de Quervain is variabel en afhankelijk van uw wondgenezing en herstel. Soms komt het voor dat het litteken en het gebied rondom het litteken langere tijd (weken tot maanden) gevoelig blijft bij aanraken en druk zetten. Het litteken kan ook hard aanvoelen. Deze klachten zijn vrijwel altijd tijdelijk.

## Handenteam

Na een operatie aan een (pees)schede ontsteking van de Quervain is soms nabehandeling nodig. De nabehandeling bestaat uit spalk - en oefentherapie. Deze nabehandeling vindt plaatst bij het Hand en Pols Expertisecentrum van Spijkenisse Medisch Centrum en wordt uitgevoerd door medewerkers van het handenteam. De duur en frequentie van de nabehandeling is afhankelijk van het herstel.

## Mogelijke complicaties

Bij alle operaties bestaat een geringe kans op complicaties. Voor de volledigheid noemen wij de (zeer) zeldzame complicaties. Indien u vragen heeft over de mogelijke complicaties raden wij u aan om contact op te nemen met uw behandelend arts.

- Een wondinfectie, een nabloeding of een veranderd gevoel rondom het litteken. Neem bij roodheid, koorts, warm aanvoelen van de huid of erge pijnklachten contact op met het ziekenhuis.
- Na een trauma of operatie van de hand kunnen onbegrepen klachten ontstaan welke niet direct te maken hebben met het trauma en/of de operatie. Deze klachten omvatten roodheid, zwelling een glanzende huid, stijfheid en pijn. Tevens kan een intolerantie ontstaan voor kou. Deze klachten komen zelden voor en zijn vaak tijdelijk.
- De operatie aan een (pees)schede ontsteking van de Quervain heeft tevens als zeldzame complicatie een beschadiging van een specifieke zenuw (nervus radialis superficialis) waarna zogenaamde neuro-omvorming kan ontstaan met als gevolg een onprettige/pijnlijke sensatie rond het litteken en/of de rugzijde van de duim.
- Deze klachten kunnen mogelijk blijven bestaan.

## Wilt u meer informatie of een afspraak maken?

Voor meer informatie of het maken van een afspraak, kunt u contact opnemen met de Polikliniek Plastische Chirurgie op telefoonnummer: 0181 – 65 82 28. In de avonden en weekenden kunt u contact opnemen met de Spoedpoli van Spijkenisse Medisch Centrum via 0181 - 65 88 88.

