

Het syndroom van De Quervain

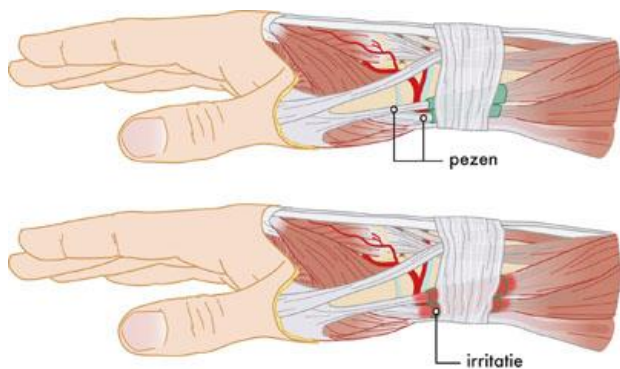
Peesontsteking van duim en pols

Het syndroom van De Quervain is een gevolg van een peesontsteking van duim en pols. Vaak volstaan rust en medicijnen. Soms is een operatie nodig. In deze informatiefolder leest u meer over de oorzaak, de diagnose en de behandeling.

Uitleg

Het syndroom van De Quervain is een aandoening die het gevolg is van irritatie en zwelling van de pezen aan de duimzijde van de pols. Deze peesontsteking is genoemd naar de ontdekker, de Zwitserse chirurg De Quervain.

Door irritatie zwelt het omhulsel van de pezen en de pezen worden dikker. Hierdoor kunnen de pezen niet meer zo makkelijk bewegen. De zwelling is aan de duimzijde van de pols en kan pijn geven. Deze pijn is vaak erger bij het maken van een vuist, het vastpakken van voorwerpen of het draaien van de pols.



Afbeelding 1: Quervain

Oorzaak

De meest voorkomende oorzaak van het syndroom van De Quervain is een ontsteking en zwelling van het omhulsel van de pezen (peeschedeontsteking = tenosynovitis).

Quervain kan nauw samenhangen met herhalende bewegingen van de duim, gekoppeld aan draaiende polsbewegingen.

Symptomen

- Pijn aan de duimzijde van de pols is het meest voorkomende symptoom
- De pijn kan geleidelijk of acuut ontstaan en wordt gevoeld ter plaatse van de pols

- Soms straalt de pijn uit naar de onderarm
- De pijn wordt meestal erger bij herhaald gebruik van de hand en duim, met name wanneer voorwerpen met kracht worden vastgepakt, of wanneer de pols wordt verdraaid
- Vaak is er een zwelling zichtbaar aan de duimzijde van de pols en kan het gebeuren dat de duim in zijn beweging blijft steken of 'knakt'
- Door de pijn en de zwelling kan het moeilijk zijn om de duim en pols te bewegen
- Tintelingen over de handrug

Diagnose

Vaak wordt de diagnose gesteld met de proef van Finkelstein.

- Bij deze proef maakt de patiënt een vuist door de vingers over de duim te sluiten
- Vervolgens wordt de pols gebogen naar de pinkzijde toe
- Bij de meeste patiënten met het syndroom van De Quervain is deze beweging zeer pijnlijk

Behandeling

Het doel van de behandeling is de pijn te verminderen die het gevolg is van de zwelling.

- In sommige gevallen zal de arts de patiënt aanraden om de duim en pols rust te geven, bijvoorbeeld door gedurende drie tot zes waken een spalkje te dragen
- Handtherapie
- Het slikken van ontstekingsremmende medicijnen of het inspuiten van ontstekingsremmende medicijnen in de pols kan de zwelling en de pijn verminderen
- In sommige gevallen is het vermijden van pijnlijke bewegingen al voldoende behandeling om de klachten te verhelpen

Operatie

Wanneer de klachten ernstig zijn of niet verbeteren, kan een operatie nodig zijn. Dit is een kleine ingreep en wordt poliklinisch verricht. Tijdens de operatie wordt het omhulsel van de gezwollen pezen opengesneden.

Voor de behandeling

- U hoeft niet nuchter te zijn voor de ingreep.
- Als u hart- of longklachten heeft of medicijnen gebruikt (met name bloedverduuners) moet u dit voor de operatie aan uw behandelend arts melden.
- Verwijder **thuis** uw sieraden zoals armbandjes en ringen. Dit uit hygiënisch oogpunt, maar ook kunnen deze gaan knellen bij een eventuele (lichte) zwelling.

Na de operatie

- De pols krijgt enige dagen rust in een verband
- De pols moet minimaal zeven dagen droog blijven

- Na twee weken worden de hechtingen verwijderd
- Ongeveer een week na de operatie start u met de handtherapie. Met gerichte oefeningen probeert u geleidelijk aan de beweging van uw duim en pols te herstellen. Hiermee gaat u door totdat u uw hand weer optimaal kunt gebruiken bij uw dagelijkse activiteiten
- Tijdens de handtherapie krijgt u ook praktische adviezen voor uw thuis-/werksituatie
- Als de pijn weg is en de kracht in uw hand weer is hersteld, kunt u uw hand weer gewoon gebruiken

Complicatierisico's

- Nabloeding/blauwe plekken
- Infectie
- Langdurig zwelling
- Gevoelsverlies over de rugzijde van duim en wijsvinger (dit is bijna altijd tijdelijk)
- Pijnklachten na een aantal maanden van het litteken (erg zeldzaam); dit kan een neuroom zijn; is goed te behandelen
- Verkleving van het litteken op de pols
- Dik litteken

Toch zijn de complicatierisico's klein.

De plastisch chirurg kan u adviseren over de beste behandeling.

Tot slot

Wij zullen ons zo goed mogelijk inzetten om uw verblijf in onze kliniek voor u zo voorspoedig mogelijk te laten verlopen. Hierbij staan we altijd open voor kritiek, suggesties of opmerkingen, waardoor de kwaliteit van zorgverlening verbeterd kan worden. Wanneer u tijdens uw verblijf suggesties of opmerkingen heeft, schroom dan niet deze met de arts of een van de assistentes te bespreken.

Bereikbaarheid

U kunt ons van maandag tot en met vrijdag, van 08:00 uur tot 16:45 uur, bereiken via telefoonnummer 045-2080887. Uitsluitend voor spoedeisende gevallen, kunt u na 16:45 uur en in het weekend contact opnemen met de spoedlijn, 06-0686895787.