

Malletvinger

U hebt een malletvinger, ook wel hamervinger genoemd. Bij een malletvinger kunt u het kootje aan de top van uw vinger niet strekken. Dit komt omdat de pees is afgescheurd of omdat een stukje bot met de pees is afgebroken.

Samenvatting

- De pees aan de top van uw vinger is beschadigd, waardoor u uw vinger niet meer kunt strekken. Dit heet een malletvinger.
- Dit letsel herstelt doorgaans zonder restklachten.
- We maken geen standaard poliklinische controle afspraak, deze is over het algemeen niet nodig.
- De malletvinger kan met of zonder breuk voorkomen. Let op dat u het behandelingschema passend bij uw letsel volgt.
- U moet de spalk continu, 24 uur per dag, dragen; non-stop.
- U krijgt op de Gipskamer een verwijzing voor een handtherapeut. U kunt een afspraken maken met de handtherapeut na 6 weken (bij een breuk) of 8 weken (bij een afgescheurde pees).
- Meer informatie vind je in deze app.
- Als er tijdens het herstel vragen of problemen zijn, kunt u op werkdagen van 9.00 – 12.00 uur contact opnemen via de Breuklijn: 0513 – 685 855.

De behandeling

Een malletvinger komt vaak voor. Een operatie is meestal niet nodig. Er zijn twee mogelijkheden:

- U bent tijdens kantoortijd op de Spoedeisende Hulp gekomen: in principe krijgt u meteen op de Gipskamer een speciaal op maat gemaakte spalk om uw vinger recht te houden.
- U bent buiten kantoortijd op de Spoedeisende Hulp gekomen:
 - U krijgt een tijdelijke spalk.
 - U krijgt binnen twee werkdagen een e-mail voor een afspraak op de Gipskamer.
 - De Gipskamer maakt een spalkje op maat voor uw vinger.

Een malletvinger kan wel of geen breuk hebben. De zorgverlener op de afdeling Spoedeisende Hulp vertelt u of er sprake is van een breuk of van een scheur in de pees.

Behandeling bij een breuk

0-6 weken

- Continu dragen spalk.

6-8 weken

- Start handtherapie (na advies therapeut starten met oefeningen).
- Spalk dragen in de nacht en bij risicomomenten.

Behandeling zonder breuk (scheur pees)

0-8 weken

- Continu dragen spalk.

8-10 weken

- Start handtherapie (na advies therapeut starten met oefeningen).
- Spalk dragen in de nacht en bij risicomomenten.

Instructies

Volg de volgende instructies voor een zo goed mogelijke genezing.

- U moet de spalk continu (24 uur per dag) dragen, non-stop.
- Als u de spalk toch afdoet en de vinger buigt, moet de genezing weer opnieuw beginnen. U begint dan weer van voren af aan met het tellen van de weken. De kans op volledige genezing is dan kleiner!
 - Heeft u een afgescheurde pees? Dan moet u de spalk 8 weken dragen.
 - Heeft u een breuk? Dan moet u de spalk 6 weken dragen.
- Hierna moet u de spalk nog 2 weken in de nacht dragen. Op advies van de handtherapeut moet u de spalk soms langer dragen.
- Draag de spalk ook overdag bij activiteiten waarbij de vinger het risico loopt om geblesseerd te raken.
- De vinger en spalk mogen niet nat worden. Dit is om irritatie en verweking van de huid te voorkomen.
- Heeft u pijn? Gebruik dan paracetamol. Wacht niet met paracetamol nemen totdat u te veel pijn heeft. Neem het altijd verspreid over de dag in. U kunt maximaal 4x per dag 2 tabletten van 500 mg paracetamol innemen op vaste tijden.

Herstel

- U krijgt op de Gipskamer een verwijzing voor een handtherapeut. U kunt een afspraak maken met de handtherapeut na 6 weken (bij een breuk) of 8 weken (bij een afgescheurde pees). De handtherapeut beoordeelt wanneer u kunt beginnen met oefenen. Hij of zij geeft u instructies over het oefenen van de vinger en het gebruik in het dagelijks leven. Let hierbij op dat u de oefeningen langzaam opbouwt en geen plotselinge knijpbewegingen maakt. Als u dit wel doet, kan de pees opnieuw beschadigen.
- In principe is de vinger na 3 maanden weer volledig belastbaar.

Wanneer contact opnemen?

Als u vragen heeft, kunt u contact opnemen met de Breuklijn. Als een controle noodzakelijk is, maken we een afspraak. Neem ook contact op met de Breuklijn als:

- De pijn erg toeneemt.
- Tijdens de oefenperiode het topje toch weer gaat hangen.
- De spalk niet meer mooi aansluit.
- De spalk schoongemaakt moet worden.

Spalk vervangen

U mag de spalk tussentijds absoluut niet zelf verwijderen. Neem bij een te ruime spalk of om hygiënische redenen contact op met de Breuklijn.

Oefeningen

Het is belangrijk dat u **geen** oefeningen doet met de vinger voordat u bij de handtherapeut bent geweest. Als u mag beginnen met oefenen, zal de handtherapeut u specifieke oefeningen geven.

Vragen? U kunt ons gewoon bellen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan contact op of kijk op www.tjongerschans.nl.

Contact

Breuklijn: 0513 – 685 855

Bereikbaar op werkdagen van 9.00 – 12.00 uur.