

Mallet Deformiteit

Behandeling Mallet Deformiteit

U heeft de laatste weken een spalkje gedragen omdat de strekpees van uw laatste vingerkootje was afgescheurd (DIP-gewricht). De medische term voor deze aandoening is een Mallet vinger.

Week 0-6

Aanmeten van Malletspalk. Deze dient dag en nacht gedragen te worden. Bij verzorging van de aangedane vinger dient de spalk te worden verwijderd waarbij de vinger in volledige strekstand (extensie) blijft.

Bij onderbreking van de immobilisatie begint de immobilisatietermijn weer van voor af aan!

Week 7-8

Uw behandelend arts of de gipsverbandmeester heeft beoordeeld dat de strekpees van uw vinger voldoende is hersteld. U kunt nu langzaam beginnen met het oefenen van het buigen en strekken van uw vingertopje. Voor het oefenen kunt u de spalk verwijderen maar verder dient de spalk nog dag en nacht gedragen te worden.

Masseer uw vingertopje drie keer per dag een minuut lang. Hierdoor gaat u verklevingen tegen en zal de vinger sneller soepel zijn.

Oefening

Bij de oefening gebruikt u een fles/beker/blikje met een doorsnede van ongeveer zeven of acht centimeter. U doet deze oefening drie tot vijf keer per dag.

1. Buig uw hand rustig om de fles zodat het topje van uw vinger ook buigt.
2. Houd deze gebogen stand vijf tellen vast. U kunt hierbij lichte rek ervaren aan de bovenkant van de vinger.
3. Hierna strekt u uw hand weer. Ook deze strekstand houdt u vijf tellen vast. Let erop dat uw vinger weer mooi recht wordt. Uw vinger kan wat moe aanvoelen.
4. Dit herhaalt u tien tot vijftien keer. Hierna doet u het spalkje weer om.

Er wordt nog niet actief met het DIP gewricht gebogen.



Vingers buigen

Vingers strekken

Week 8-12

Op indicatie afbouwen van de spalk. U laat het spalkje eerst af bij lichte en gecontroleerde activiteiten. Als dit goed gaat, mag u het spalkje ook minder gaan dragen bij zware activiteiten, kracht zetten en knijpen met de hand. Spalk wordt 's nachts nog altijd gedragen.

Oefening

Als het goed gaat, mag u bij de oefening een ander rond voorwerp gebruiken met een steeds kleinere doorsnede. Hierdoor buigt u het topje van uw vinger steeds verder. U mag pas een voorwerp met een kleinere doorsnede gaan gebruiken als:

- u bij het buigen **GEEN** rek meer voelt bij de huidige doorsnede **EN**
- u het topje van uw vinger na het buigen elke keer weer probleemloos kunt strekken.

Het streven is om het voorwerp per week een cm te verkleinen. Soms kan dit al na een halve week. U mag de doorsnede niet sneller verkleinen dan twee cm per week, omdat anders de kans bestaat dat de pees opnieuw scheurt of slap wordt. Als uw vingertopje weer gaat hangen doe dan het spalkje direct weer aan en neem contact op met de gipsverbandmeester.

De buigfunctie van het DIP-gewricht zal langzaam in de tijd verder terugkeren.

Na 12 weken

Ook 's nachts spalk af(bouwen). Controle indien nodig.

*Daarnaast adviseren wij u om de eerste drie maanden geen (bal)sport te doen.
Na drie maanden is het verstandig eerst met het spalkje om te sporten.*

Vragen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, stel ze dan voor het onderzoek aan uw arts, de verpleegkundige of aan een van de medewerkers.

Contact

U kunt ons van maandag t/m vrijdag tussen 08.00 en 16.00 uur bereiken door te bellen naar 0513 - 685 304 of te mailen met gipskamer@tjongerschans.nl.

Grip op uw zorg via Mijntjongerschans

Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op www.mijntjongerschans.nl met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD app heeft u toegang tot uw medische gegevens. U kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.

DISCLAIMER

Wij adviseren u bij uw bezoek aan de polikliniek en bij opname zo weinig mogelijk geld, sieraden, dure kleding en andere zaken van (emotionele) waarde mee te nemen naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan of verlies van dergelijke zaken.