



De hand en pols

Sport en peesletsels

02.06.2018 | Gertjan Schmitz

AZ Klina

▶ voluit voor zorg



Inhoud

- Voetbal
- Volleybal/korfbal/basketbal
- Wielrennen en mountainbiken
- Tennis en badminton
- Golf
- Skiën
- Boxen

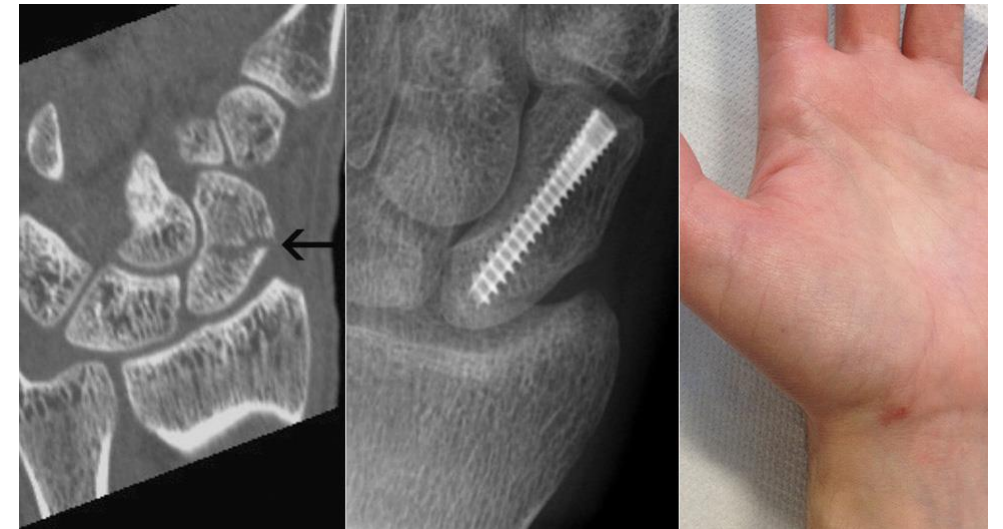


Voetbal

- Letsels ontstaan door
 - Balcontact
 - Contact met spelers
 - Val
- Vooral fracturen van vingers en MC
- Scaphoïd fracturen
 - Soms lastig te diagnosticeren
 - Complicaties
 - Non-union (SNAC)

Voetbal

- Scaphoïd fracturen
 - Val op hand
 - Pijn en zwelling thv de anatomische snuifdoos
 - RX F/P/scaphoïd opname
 - Twijfel : Controle RX/CT/MRI/SPECT-CT scan
 - Behandeling
 - 6-12 weken gips (Niet verplaatst)
 - Percutane schroef fixatie (Verplaatste fracturen)



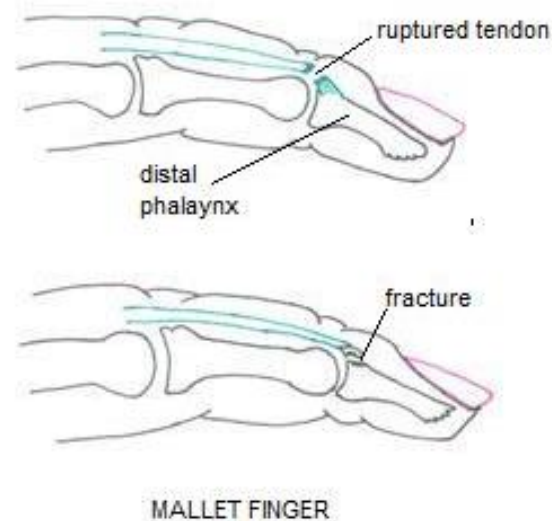
Volleybal/korfbal/basketbal

- Malletvinger
 - Oorzaak
 - Geforceerde flexie DIP gewricht tijdens actieve extensie
 - Afscheuring extensorpees P3



Volleybal/korfbal/basketbal

- Malletvinger
 - Oorzaak
 - Geforceerde flexie DIP gewricht tijdens actieve extensie
 - Extensorpeesletsel thv insertie P3
 - 2 types



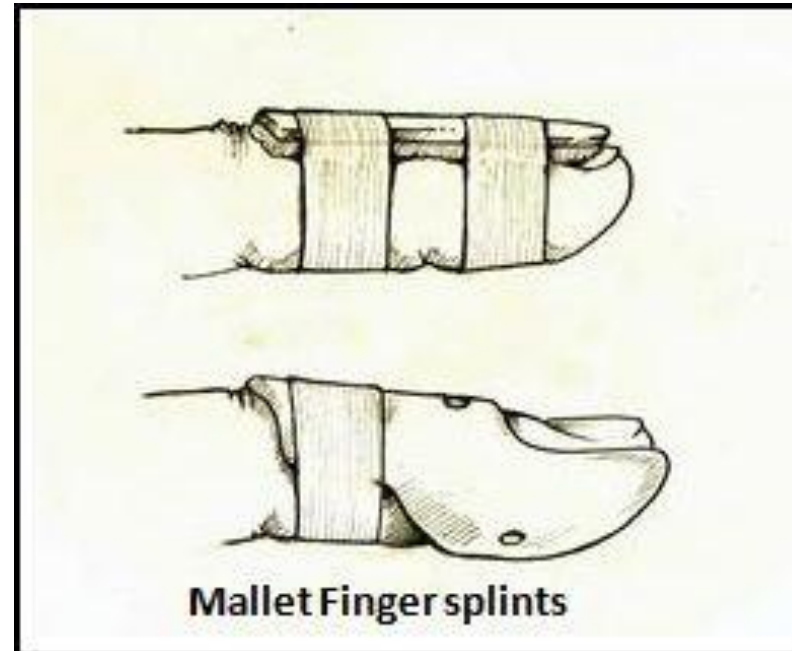
Volleybal/korfbal/basketbal

- Malletvinger
 - Diagnose
 - Anamnese
 - Stand vinger
 - RX!



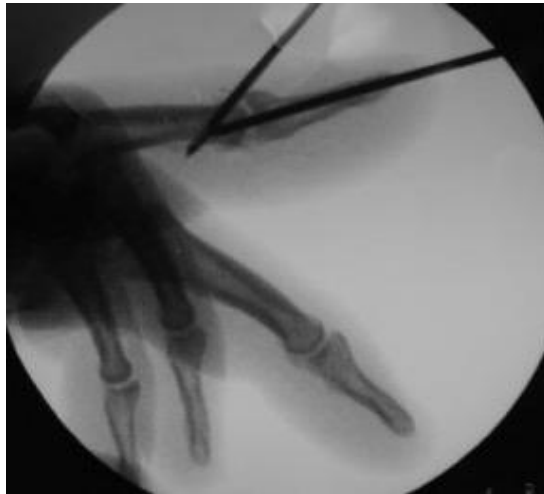
Volleybal/korfbal/basketbal

- Malletvinger
 - Behandeling
 - Acuut tendineus
 - Splint
 - Alleen DIP in extensie
 - 8 weken!

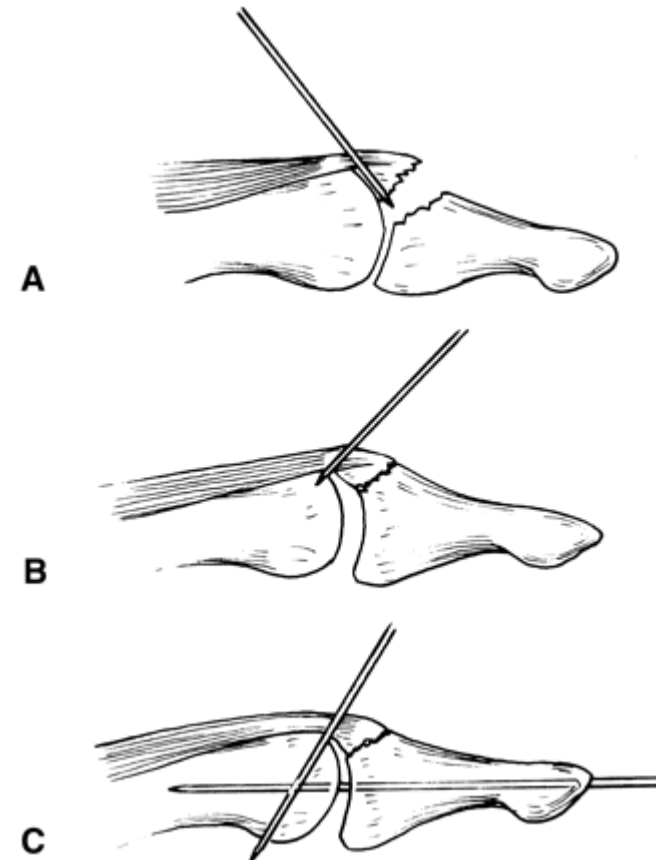


Volleybal/korfbal/basketbal

- Malletvinger
 - Behandeling
 - Acuut beenderige avulsie
 - $< \frac{1}{2}$ gewrichts opp \rightarrow splint
 - $> \frac{1}{2}$ gewrichts opp \rightarrow Hk herstel



- Chronisch met hinder \rightarrow Hk



Wielrennen en mountainbiken

- Handlebar palsy

- Etiologie

- Chronische compressie
- N. ulnaris in kanaal van Guyon
- Pols in extensie

- Type I-IV

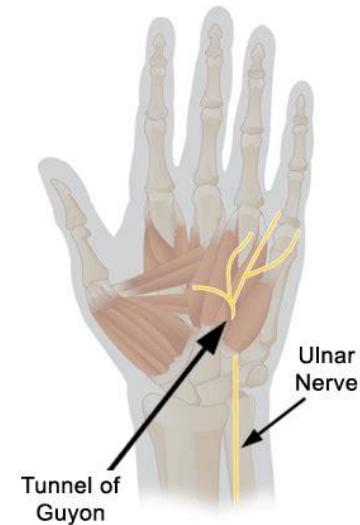
- EMG

- Behandeling

- Sportstop (tijdelijk)
- Fietshandschoenen
- Houding aanpassing

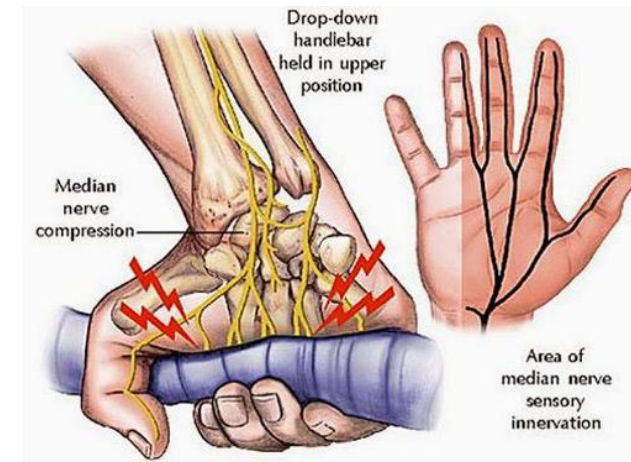


Guyon's Canal Syndrome
(Handlebar Palsy)



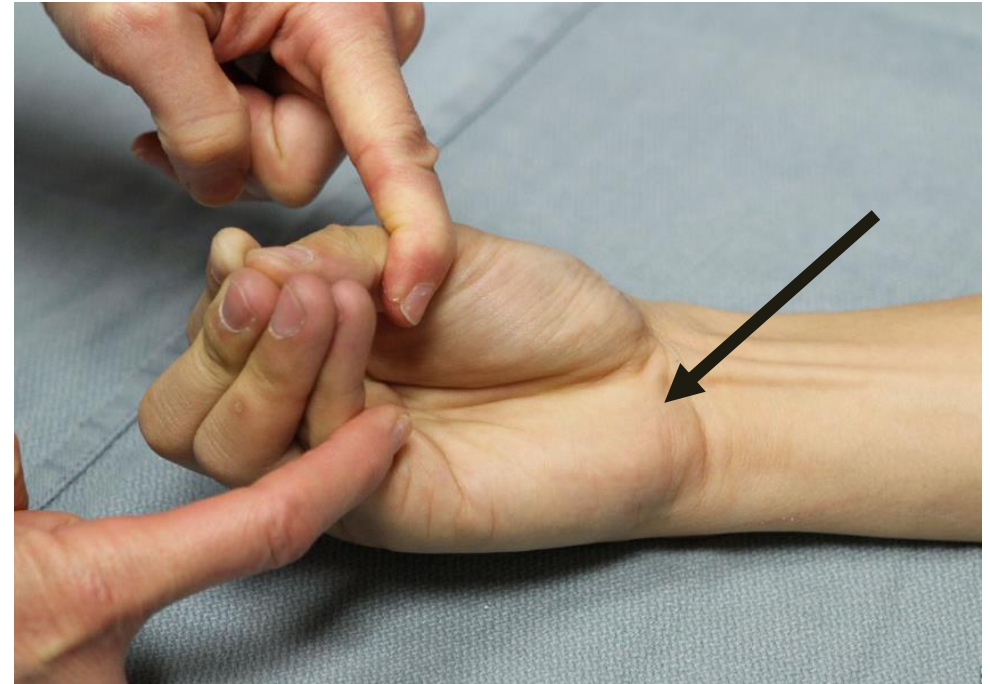
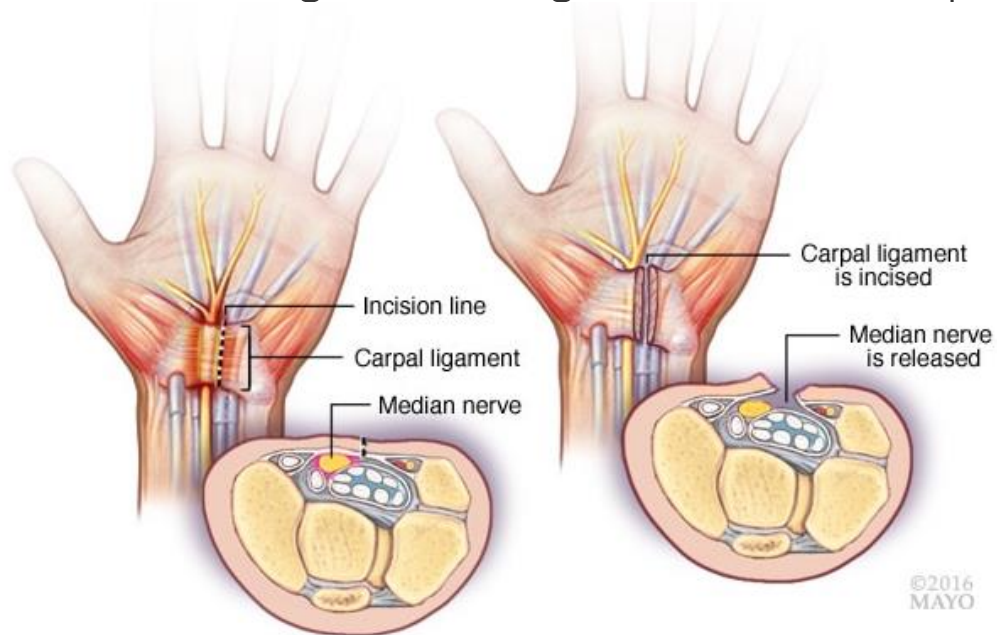
Wielrennen en mountainbiken

- Carpaal tunnel syndroom
 - Etiologie
 - Chronische compressie
 - N. medianus
 - Tendosynovitis
 - Diagnose
 - Phalantest (meest sensitief)
 - Tinel test
 - EMG (latentie <3 msec nl; >4 msec graad 2)



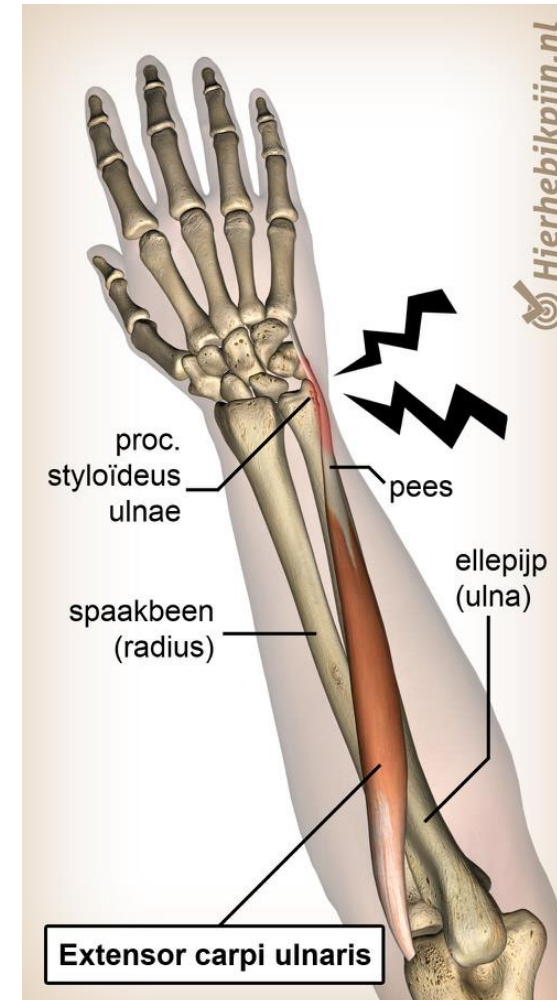
Wielrennen en mountainbiken

- Carpaal tunnel syndroom
 - Behandeling
 - Corticosteroïd injectie (recidief 65-90%)
 - Nachtbracing
 - Heelkundige release lig. Transversum carpi



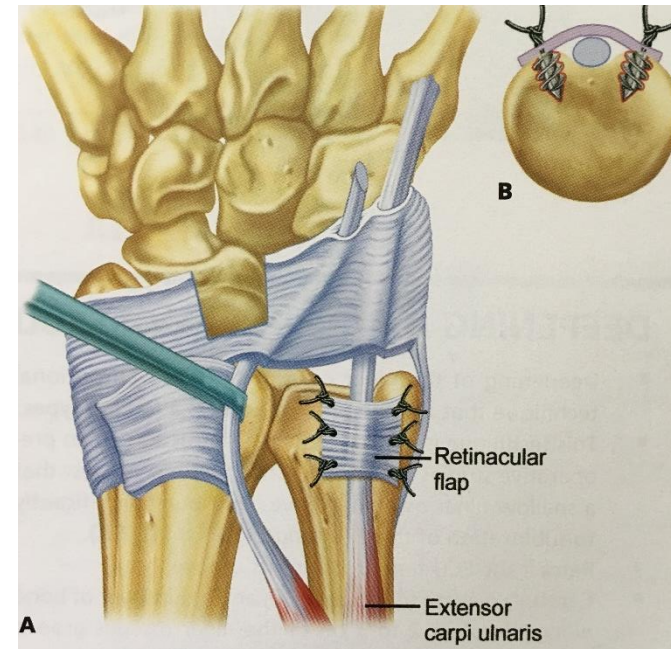
Tennis en badminton

- Instabiliteit ECU pees
 - 45-76% van de polsklachten
 - Pijn tijdens forehand of dubbele backhand
 - Supinatie en ulnaire deviatie
 - Klik proc styl ulna



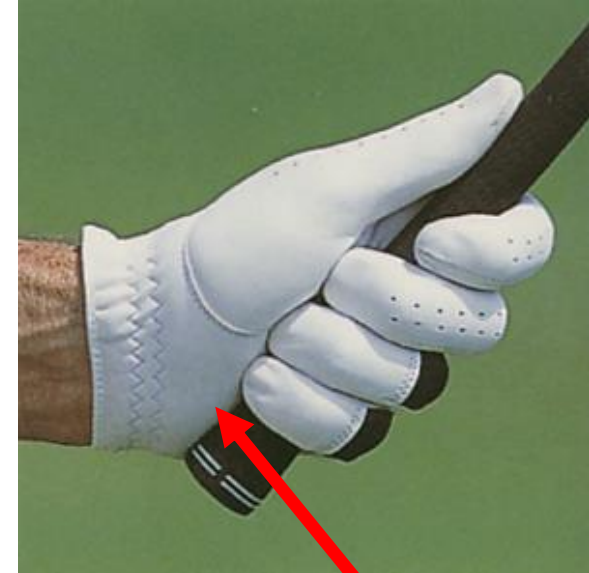
Tennis en badminton

- Instabiliteit ECU pees
 - Diagnose
 - Dynamische echo/MRI
 - Behandeling
 - Milde instabiliteit
 - Rust, aanpassen techniek, tape
 - Acuut letsel
 - BAG in pronatie, lichte extensie en radiale deviatie
 - Chronische instabiliteit
 - Herstel/reconstructie peesschede



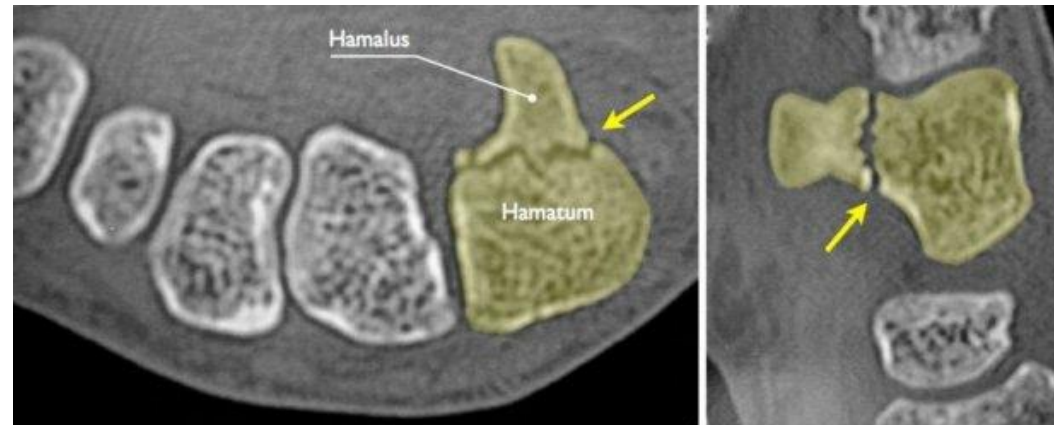
Golf

- Hamulus fractuur van het os hamatum
 - Etiologie
 - Slechte slag
 - Krachtig opspannen flexorpezen D IV-V
 - Repeterende belasting → stressfractuur
 - Niet dominante hand
 - Symptomen
 - Drukpijn thv hamulus
 - Flexie tegen weerstand D IV en V



Golf

- Hamulus fractuur
 - Diagnose
 - (RX) CT of MRI
 - Behandeling
 - Acuut
 - 6 weken gips (orif)
 - Chronisch (non-union)
 - Excisie



Skiën

- Skiduim

- Etiologie

- Acute radiale kracht MCP I gewricht
- Distorsie tot volledige ruptuur UCL

- KO

- Zwelling
- Hematoom
- Pijn
- Radiale deviatie lax (pijnlijk)
 - Lokale anesthesie



Skiën

- Skiduim

- RX

- Uitsluiten avulsie fractuur

- Echo

- Uitsluiten van een Stener letsel

- Behandeling

- Distorsio

- 6 wkn immobilisatie

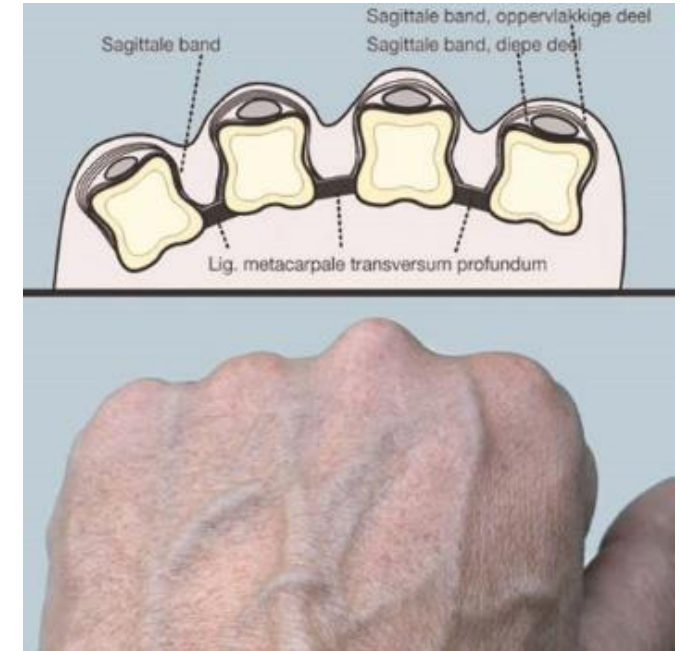
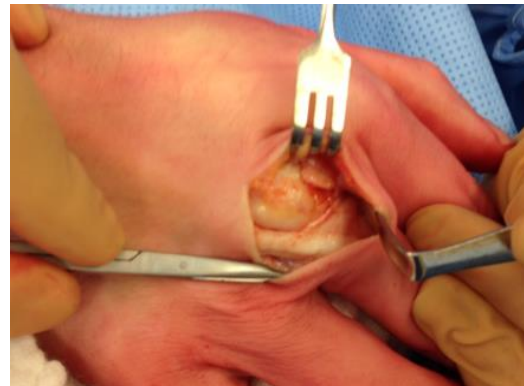
- Avulsie/Stener

- Heelkundig herstel en 3-4 wkn immobilisatie



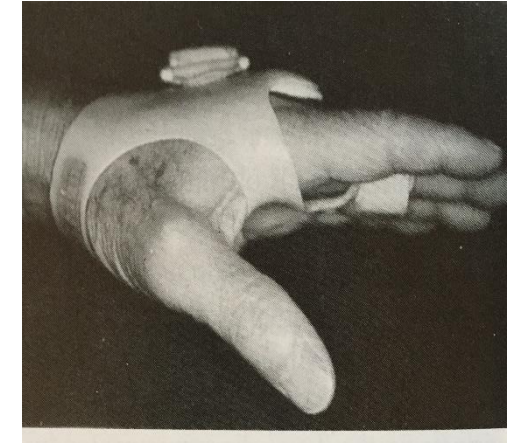
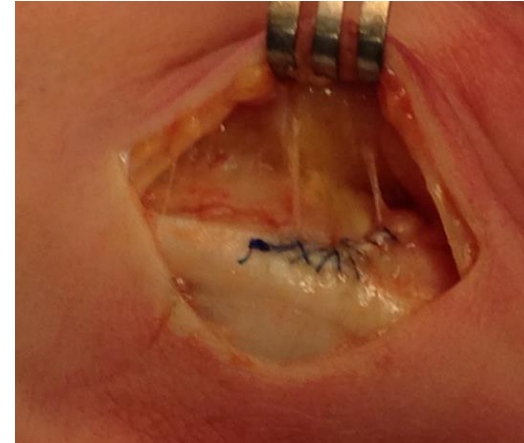
Boxen

- 17 % handletsels
- Boxer's knuckle
 - Een of herhaalde slagen op de knokkels
 - Extensorpees gestabiliseerd met sagittale ligamenten
 - Laesie ligament → subluxatie pees
 - Zwelling en pijn



Boxen

- Boxer's knuckel
 - Behandeling
 - Heelkundig herstel
 - Extensie brace 6 weken
 - Geen actieve extensie
 - Boxen wanneer pijnvrij



Conclusie

- Hand en polsletsels frequent in de sportwereld
- Groot impact op sportcarrière
- Snel en volledig herstel
- Behandeling begint vaak op de spoeddienst
- Diagnose soms moeilijk, onbehandeld chronische klachten
- Snelle doorverwijzing naar orthopedie
 - Gesubspecialiseerde traumaraadpleging
- Snelle behandeling → aangepast trainingsschema → snel herstel

Bedankt

www.azklina.be