

Beste lezer,

Middels deze folder informeren wij u over een elleboog operatie.

Indien u na het lezen van deze informatie vragen heeft of behoefte heeft aan een afspraak verzoeken wij u om telefonisch of per e-mail contact met ons op te nemen. Onze specialisten verstrekken u graag meer informatie. Wij zijn u graag van dienst!

Algemeen

Uw elleboog bestaat uit 3 lange botten die met elkaar verbonden zijn door middel van spieren, pezen, kapsels en een aantal stevige banden. Aan het lange bot van de bovenarm hechten spieren en pezen vast die ervoor zorgen dat de elleboog kan bewegen. Aan de buitenkant van uw elleboog hechten de spieren vast die bijvoorbeeld de pols op en neer laten bewegen. Door een ongeluk of overbelasting kan de aanhechting aan het bot pijn gaan doen. De overgang van de spieren naar de aanhechting aan het bot bestaat uit peesweefsel.

Bij kleine scheurtjes in deze overgang gaat herstel vaak langzaam. Als de overbelasting voort duurt kan het lichaam het herstel niet meer bijbenen. Zo ontstaat een tenniselleboog. Een van de mogelijkheden is het vermijden van de overbelasting. Vaak is 'de schade' al zo lang aan de gang, dat het herstelproces niet meer goed op gang komt.

Uw arts kan overwegen om een injectie te geven op de plek van de meeste pijn. Deze injectie bevat een verdoving en een hormoon die het slecht doorbloede weefsel een genezingsimpuls geeft. Het is wel nodig om tevens de overbelasting te verminderen en een aantal rekoefeningen te doen die de pezen wat rek geven rond het elleboogsgewricht. Een belangrijke oefening is het strekken van de elleboog en het buigen van de pols naar beneden zodat u de pijnlijke plek voelt aanspannen. Als bovenstaande niet voldoende helpt kan een operatie overwogen worden.

De behandeling

De operatie duurt ongeveer een half uur en gebeurt onder plaatselijke verdoving of zgn. 'block' verdoving. Tijdens de operatie worden de pijnlijke vezels van de pezen die aan het bot vasthechten losgemaakt. Deze kunnen dan niet meer voor de pijn zorgen. De kracht in uw elleboog zal hierdoor niet minder worden. De wond zal meestal worden gehecht door middel van een oplosbare draad. De chirurg zal na de operatie enkele details met u bespreken.

Na de behandeling

Direct na de operatie wordt de gehechte wond met een pleister dichtgeplakt. Hierover komt een drukverband. Deze verdoving voelt u gedurende enkele uren na de operatie nog. De witte pleister mag u er na 5 dagen afhalen. Hierna kunt u gewoon douchen.

Zwemmen en baden mag u weer als alle pleisters er af zijn en de wondjes droog. Het is belangrijk om meteen vanaf de eerste dag wat oefeningen te doen. U dient de elleboog enkele malen per dag goed te strekken, waarbij u de pols weer langzaam naar beneden moet buigen.

Hierdoor zorgt u ervoor dat het weefsel dat is losgemaakt niet spontaan vastgroeit. De hele herstelperiode duurt gemiddeld 6 tot 10 weken. Bij zware werkzaamheden kan het voorkomen dat er perioden zijn waarbij u de rekoefeningen weer op moet pakken.

Mogelijke complicaties en risico's

De behandeling aan een tenniselleboog heeft dezelfde risico's als elke andere operatie. Er is een kleine kans op een bloeding in het operatiegebied of een infectie. Beiden komen overigens zelden voor. De kans op complicaties is dus wel aanwezig, maar zeer klein.

Tenslotte

Wij hebben algemene informatie over de behandeling van een tenniselleboog aan u verstrekt. Dit is een veilige en betrouwbare chirurgische ingreep.

Mocht u nog vragen hebben:

info@opcklinieken.nl

0222-769016

Namens het team van orthopedisch chirurgen

Elles Hartman

0651-593100

ehartman@opcklinieken.nl