



Dokter Klinkertweg 12-20
kantoor 'Schellhout'
8025 BS Zwolle
038 - 455 9851
info@mccklik.nl

Samengesteld door huisartsen en plastisch chirurgen Isala klinieken.
Deze werkafpraak sluit aan bij de NHG standaard M91, Hand- en polsklachten, 2010.

CARPAAL TUNNEL SYNDROOM

Diagnostiek / beleid

Definitie

Commentaar

Beknelling n.medianus onder het volaire carpale ligament van de pols.

Diagnostiek

Klinische beeld en eventueel EMG ter bevestiging van de diagnose.

Therapie

Spalk

Bij voorkeur 's nachts.

Goede mogelijkheid: skeelerbrace.

Steroïd injectie*

Mogelijk werkzaam na 1 - 2 weken, gedurende 3 maanden.

Verwijzen

Voor carpal tunnel release bij

- Onvoldoende effect conservatieve therapie.

- Direct verwijzen indien krachtsverlies, thenar-atrofie of continue sensibiliteitsstoornis.

Bij onduidelijk beeld eerst consultatie neuroloog, zie verwijswijzer.

* Injectietechniek:

- Naald 1cm proximaal van pols buigplooi, juist ulnair van de palmaris longus onder hoek van 45° tot onder het volaire carpale ligament 1ml triamcinolon 10mg/ml langzaam injecteren na aspiratie.
- Indien pijnlijke paraesthesiën bij introductie van de naald worden ervaren, de naald terugtrekken en evt. een andere richting geven anders wordt er in de zenuw geïnjecteerd!
- Zie filmpje NHG site:

<https://www.nhg.org/scholing/onderwijsmateriaal-injecteren-bij-hand-en-polsklachten>

ARTROSE CMC I

Diagnostiek / beleid

Diagnostiek

Grinding test

Commentaar

Locale drukpijn thv basis MC-I.

Compressie + rotatie van MC-I geeft herkenbare pijn en crepitaties.

Verbreiding gewricht.

Therapie

Aanpassen activiteiten

NSAID

Spalk

Injectie*

Mogelijk werkzaam na 1 - 2 weken, gedurende 3 maanden.

Verwijzen

Bij blijvende klachten ondanks behandeling (eventueel artroplastiek).

*** Injectietechniek:**

- Onder het bewegen van de duim de basis van MC1 palperen en markeren. Proximaal van deze basis de naald loodrecht inbrengen onder tractie van de duim. De naald moet in het kapsel komen waarin de vloeistof zich verspreid. Gebruik maximaal 10 mg triamcinolon.

- Zie filmpje:

<https://www.youtube.com/watch?v=wQfjVv7dM1k&feature=youtu.be>

MORBUS DUPUYTREN

(Koetsiers ziekte)

Diagnostiek / beleid

Definitie

Commentaar

Progressieve nodulaire fibrose van de fascia palmaris waardoor flexiecontracturen en/of huid-intrekkingen.

Onderzoek

'Table Top Test'. Belangrijk is erop te letten of de flexiecontractuur rond de 30° is.

Therapie huisarts

Er valt niet veel te adviseren, oefenen voorkomt progressie niet.

Verwijzen

Verwijs bij functionele bezwaren, en/of bij een contractuur vanaf 30°. Behandeling kan door een percutane naald fascietomie of operatie.

GANGLION

Diagnostiek / beleid

Definitie

Commentaar

Cysteuze zwelling uitgaande van een gewrichtskapsel/peesschede.

Peessedeganglion

Een harde zwelling meestal aan palmaire zijde aan de basis van de vinger.

Therapie

Verdwijnt vaak spontaan, soms pas na jaren, indien weinig last: niets doen.

Bij hinderlijke klachten verwijzen voor excisie.

Polsganglion

Vast-elastische zwelling pols, vaak dorsaal, soms volair.

Therapie

Indien geen of weinig klachten expectatief.

Bij hinderlijke klachten verwijzen voor excisie, waarbij recidiefkans gemiddeld 20%.

MALLETVINGER

Diagnostiek / beleid

Definitie

Commentaar

Flexiestand DIP gewricht ten gevolge van avulsie van de strekpees. Bij een groter trauma (bv sport of val) kan er een avulsiefragment zijn.

Diagnostiek

Bij verdenking op een avulsiefragment röntgen-foto.

Therapie

Mallet-spalk*

Starten tot 6 maanden na ontstaan.

Verwijzen

Indien avulsiefractuur en bij onvoldoende resultaat spalk. Rest extensiebeperking van 10-15° accepteren.

Resultaat

Rest extensie beperking van 10-15° accepteren.

* Techniek Mallet-spalk:

- DIP moet 6-8 weken in volledige extensie gehouden worden, ook bij afdoen van de spalk! Bij onbedoelde flexie begint de periode opnieuw.
- PIP moet vrij bewegen.
- Na 6-8 weken nog 2 weken 's nachts om en bij activiteiten.
- Overweeg voor begeleiding eventueel een verwijzing naar een handtherapeut.

MORBUS QUERVAIN

Diagnostiek / beleid

Definitie

Commentaar

Tendinitis van de duimstrekkers aan de radiale zijde van de pols.

Diagnostiek

Test van Finkelstein

Pijn en zwelling aan de radiale zijde van de pols.

Duim in flexie, omsloten door de geflecteerde vingers. Passieve ulnaire deviatie van de pols roept de herkenbare lokale pijn op.

Therapie

Spalk

Kan succesvol zijn bij kortdurende klachten (< 6 weken).

Steroïd injectie*

Definitief effect is pas na 6 weken te beoordelen.

Verwijzen

Bij onvoldoende resultaat van spalk of van één injectie.

* Injectietechniek:

- Maximaal 1 ml triamcinolon 10mg/ml, evt. gemengd met 1ml lidocaïne 1% injecteren 1cm proximaal van proc. styloïdeus radii in peesschede ter plaatse van punctum maximum van pijn en zwelling, in meerdere richtingen.
- Cave te oppervlakkige injectie kan vetnecrose en/of depigmentatie veroorzaken!
- Zie filmpje NHG site:

<https://www.nhg.org/scholing/onderwijsmateriaal-injecteren-bij-hand-en-polsklachten>

TRIGGERVINGER

Diagnostiek / beleid

Definitie

Therapie

- Steroïd injectie*
- Verwijzen

Commentaar

Tendovaginitis buigpees tpv MCP gewricht.

- Bij pijn, triggering of slot klachten.
- Indien onvoldoende resultaat 6 weken na injectie voor klieven peesschede.

* Injectietechniek:

- Injectie 1ml triamcinolon 10mg/ml met dunne naald t.p.v. palpabele peesschede-verdikking (volair t.h.v. het MCP gewricht) onder hoek van 45° door de peesschede direct in de flexorpees of eromheen introduceren. Daarna direct bewegen.
- Zie filmpje NHG site:

<https://www.nhg.org/scholing/onderwijsmateriaal-injecteren-bij-hand-en-polsklachten>

HAND- EN POLSTRAUMA'S

Diagnostiek / beleid

Acute verwijzing

Amputaten

Skiduim

- Definitie
- Oorzaak:
- Onderzoek:

- Verwijzen:

Commentaar

Bij aanmelding spoedeisende hulp wordt volgens afspraak de plastische chirurg ingeschakeld. Het wordt op prijs gesteld als deze door de verwijzer al gebeld wordt.

Vervoer: het beste droog in gesloten plastic zak in water met ijs.

Letsel van het ulnaire collateraal ligament MCP-1. Geforceerde radiale beweging duim
Instabiliteit (bij >30° is ligament door), zwelling, pijn
- vergelijk met andere kant.
In principe direct, na 6 weken is het moeilijker te opereren.

Bandletsel pols

- Definitie

- Oorzaak:

- Onderzoek:

- Verwijzen:

Letsel Triangulair Fibro Cartilagineus Complex (TFCC) of letsel ligament os scaphoïd en lunatum (SL).
Val op gestrekte hand. Vaak in combinatie met radiusfractuur, maar kan dan gemist worden en reden voor aanhoudende klachten zijn.
- TFCC: pijn ulnair, distaal van processus styloïdeus.
- SL: pijn dorsaal. Eventueel Watsontest, knijpfoto.
Behandeling voorkomt vroegtijdige artrose en instabiliteit.