

een baby met een gebroken sleutelbeen

Waarom deze folder?

Tijdens de geboorte heeft uw baby zijn sleutelbeen gebroken (claviculafractuur). In deze folder leest u waar u op moet letten tot de breuk is genezen.

Wat is een claviculafractuur?

Een claviculafractuur is een breuk van het sleutelbeen. Bij deze breuk is het botvlies vaak nog heel, waardoor de botdelen tegen elkaar blijven liggen. De baby kan echter wel pijn hebben en zijn armpje minder gebruiken. Vaak wendt hij zijn hoofd naar de gezonde schouder.

Na een week ontstaat een bobbel ter hoogte van de breuk, dit geeft aan dat de botdelen vanzelf weer aan elkaar groeien.

Waar moet u op letten?

Om de breuk te laten herstellen is het belangrijk dat u de arm van de baby de eerste twee weken voldoende rust geeft. Ook moet u in deze periode voorzichtig zijn met vasthouden en verzorgen van uw baby, zodat u hem niet onnodig pijn doet.

De fysiotherapeut in het ziekenhuis laat u zien hoe u uw baby het best kunt verzorgen en zijn armpje daarbij kunt beschermen.

Wees niet bang om de arm aan te raken!

We raden u aan om de arm regelmatig aan te raken en te strelen. Zo wordt uw baby zich meer bewust van zijn arm. Waardoor hij hem op den duur beter zal gebruiken.

Wat is een goede houding van de arm?

Zorg ervoor dat de arm van de baby dicht bij het lichaam blijft. Dit kunt u doen door het armpje op de borst van de baby te leggen met het handje bij zijn mond.

Voordeel van deze houding is bovendien dat uw baby zijn eigen gezicht kan voelen en ook op zijn vingertjes kan sabbelen.

Het is prettig voor uw kind als zijn handjes elkaar kunnen raken.



Als uw baby pijn aangeeft, kunt u de arm extra ondersteunen door de mouw op de borst aan het truitje vast te spelden met een veiligheidsspeld. Eventueel kunt u uw kind op een kussen leggen en zo aan de kraamvisite geven.

Welke houdingen kunt u beter vermijden?

- U mag de aangedane arm niet te ver optillen. De hoek tussen de romp van de baby en de bovenarm mag niet groter worden dan 90 graden (haakse hoek).
- Laat de arm van de baby niet naar achter afhangen. Zo voorkomt u dat het hele gewicht van de arm aan de schouder hangt.
- Trek uw baby niet aan de armpjes omhoog.
- Vermijd om uw baby onder de oksels op te tillen.
- Laat uw baby niet op de buik liggen.



Welke houdingen mogen wel?

Als uw baby geen pijn aangeeft, mag hij zowel op zijn rug als op beide zijden liggen. *De eerste 2 weken bij voorkeur alleen op de rug.*

Wat is een goede slaaphouding?

Tijdens het slapen ligt uw baby op zijn rug. Wilt u er wel op letten dat zijn hoofdje per slaapbeurt afwisselend naar links en naar rechts ligt. Als het kind steeds zijn hoofd steeds naar de gezonde kant draait, dan kunt u een opgerolde handdoek onder de gezonde schouder en naast het hoofdje leggen. De baby kan zijn hoofd dan niet terugdraaien naar de goede schouder.

Waar let u op bij het baden?

Bij het baden kunt u uw kind het beste vasthouden bij het hoofd en de schouders. U laat het hoofd op uw pols rusten en met uw vingers ondersteunt u de bovenarm van de aangedane schouder. Wilt u er op letten dat de aangedane arm niet teveel naar beneden wegzakt. Met uw andere arm ondersteunt u de billen. Als u een antislipmatje op de bodem van het bed legt, hoeft u de billen niet te ondersteunen. U heeft dan een arm vrij om de baby te wassen.

afdrogen

Wilt u bij het afdrogen goed opletten dat de okselplooiën droog zijn. Hiervoor mag u de aangedane arm gerust een stukje optillen. Zolang u er maar voor zorgt dat de hoek tussen de bovenarm en de romp van de baby niet groter wordt dan 90 graden. (zie tweede tekening)

Hoe kunt u uw baby het beste aan- en uitkleden?

U kunt het beste aan het voeteneind van het kind gaan staan tijdens het aan- of uitkleden.

We adviseren u bij het aankleden eerst de aangedane arm in de mouw. Bij het uitkleden is het precies andersom: u haalt eerst de gezonde arm. Hemdjess en truitjess met een wijde hals of oversla vergemakkelijken het omkleden. Ook is het praktisch om uw kind met om te draaien.



Hoe kunt u uw baby optillen?

U kunt uw kind het beste optillen met een hand onder de billen of in het kruis. De andere hand houdt u rond de schouders en het hoofd. Bij het optillen is het vaak prettig uw kind eerst een beetje naar de gezonde zijde te draaien, zodat de aangedane arm op de buik van de baby blijft liggen.

Met uw arm die rond de schouder van uw kind ligt, kunt u het handje op de buik vasthouden.



Hoe kunt u uw baby dragen?

tegen u aan

U kunt uw baby het beste dragen met de aangedane arm van de baby tegen u aan. Zo houdt u het armpje met uw lichaam zijn plaats.

De aangedane arm legt u op de borst van uw baby.

Als u uw baby met de gezonde zijde tegen u aan draagt, let er dan op dat u uw arm rond de schouders van uw kind legt. Dit houdt de aangedane arm op de juiste plaats. Met uw andere hand ondersteunt de billen.



rechttop tegen uw schouder

Wanneer u uw kind (voor een boertje) rechttop tegen uw schouder houdt, dan kunt u de baby het beste ondersteunen met een hand onder de billen. Met uw andere hand ondersteunt u de aangedane arm, zodat de elleboog gebogen blijft.

Heeft uw baby zijn rechter sleutelbeen gebroken, draagt u dan uw baby tegen uw rechterschouder. Is de linker sleutelbeen gebroken, dan draagt u uw baby tegen uw linkerschouder.

Hoe geeft u borstvoeding?

We raden u aan om bij de borstvoeding uw baby op een kussen te leggen. Zo ligt uw kind op een goede hoogte en hoeft het nauwelijks op de zij te draaien.

Als het draaien op de aangedane zijde te pijnlijk is, dan laat u uw kind op de gezonde zijde liggen. U verplaatst dan het kussen van de ene naar de andere borst.

Wilt u er op letten dat de armpjes bij het voeden op de buik of borst van het kind liggen

Hoe zet u uw baby in een autostoeltje?

Bij vervoer in een autostoeltje adviseren wij u de aangedane arm op een opgerolde handdoek te leggen of het mouwtje vast te spelden aan het truitje ter hoogte van de borst. Dit voorkomt dat de schouder en arm te ver naar achteren zakken

Na de eerste twee weken

Na de eerste twee weken mag uw baby meer bewegen. U mag de arm kalm hoger optillen dan een hoek van 90 graden. Als de beweging pijn geeft, mag u niet verder bewegen. Uw kinderfysiotherapeut heeft u na de bevalling daarover geadviseerd.

Na vier weken na de geboorte heeft u een controle afspraak bij kinderfysiotherapeut en kinderarts op polikliniek kindergeneeskunde huisnummer 119. Gewoonlijk is de arm dan geheel genezen.

Website

Informatie over het MCA voor u en uw kind vindt u op www.mca.nl/kids.

Uw vragen

Heeft u nog vragen of wilt u meer informatie, dan kunt u terecht bij de paramedische afdeling, kinderfysiotherapie. De medewerkers van deze afdeling zijn op werkdagen bereikbaar van 8.00 uur tot 16.30 uur op telefoonnummer (072) 548 3600.

Ondanks de beperkingen wensen wij u een fijne kraamperiode toe!