



medisch centrum alkmaar

Behandeling van een malletvinger

Afdeling revalidatie

mca.nl

Inhoudsopgave

Behandeling met een spalk	3
Oefeningen	5
Vergoeding van de behandeling	6
Uw vragen	6
Notities	7

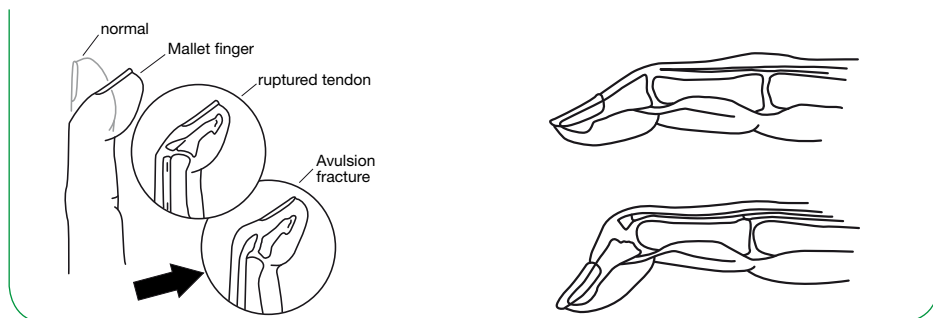
In overleg met uw arts wordt u behandeld voor een Malletvinger. Dit is een aandoening van de strekpees van een vinger. In deze folder vindt u uitleg over deze aandoening en behandeling van de aandoening met een spalk.

De Malletvinger ontstaat door een beschadiging van de strekpees. U kunt het topje van uw vinger niet meer strekken. De beschadiging kan ontstaan door een directe klap of stoot van de top van de vinger bijvoorbeeld bij het opmaken van een bed. Ook kan een Malletvinger het gevolg zijn van een snijwond. Een Malletvinger lijkt geen ernstige blessure maar is in het dagelijks leven vaak hinderlijk. U stoot uw vinger gemakkelijk of blijft vaak ergens achter haken (zie afbeelding 1).

Behandeling met een spalk

De Malletvinger deformiteit kan op twee manieren worden behandeld: met een operatie of met een spalk. Behandeling met een spalk geeft in de regel het beste resultaat. Deze behandeling vindt plaats op de polikliniek revalidatie. Voor herstel van de pees draagt u - afhankelijk van het herstel - ongeveer twaalf weken een zogenoemde Malletspalk om het topje van uw vinger zodat deze niet kan bewegen. Voor goed herstel is het belangrijk dat u:

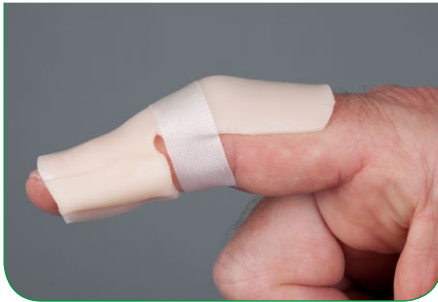
- de spalk continu draagt: u voorkomt op die manier dat de strekpees weer scheurt of uitrekt
- uw vinger met de spalk goed droog houdt zodat de huid niet week wordt en/of geïrriteerd raakt
- uw hand niet zwaar belast.



Behandeling van een malletvinger

Aanmeten van de spalk

Een ergotherapeut maakt een spalk voor u. De spalk zorgt ervoor dat het topje van uw vinger in een licht overgestrekte stand onbeweeglijk blijft staan (afbeelding 2 en 3). De spalk zorgt er ook voor dat het middelste gewricht van uw vinger niet helemaal kan strekken. Er staat op die manier minder spanning op het einde van de strekpees zodat deze beter kan vastgroeien.



Voor goed herstel is het belangrijk dat u:

- de spalk continu draagt: u voorkomt op die manier dat de pees weer afscheurt
- uw hand bij voorkeur hoog houdt
- uw vinger droog houdt
- uw hand niet te zwaar belast.

Controle

U komt één keer in de twee weken voor controle. Een ergo/fysiotherapeut controleert uw spalk en gaat na of het herstel goed verloopt.

Staat het topje van uw vinger na zes weken nog in een lichte buigstand? Dan moet u de spalk langer dragen.

Kunt u uw vingertopje na zes weken weer helemaal strekken? Dan start u met een oefenperiode van zes weken. U mag de spalk tijdens de oefeningen afdoen. Na deze zes weken wordt de behandeling afgerond. Gedurende drie maanden draagt u de spalk daarna alleen nog 's nachts.

Doet u werk dat verder herstel van uw vinger in de weg staat - door zware of verkeerde belasting - dan draagt u ook overdag nog uw spalk. Uw ergo/fysiotherapeut bespreekt dit met u.

Belangrijk!

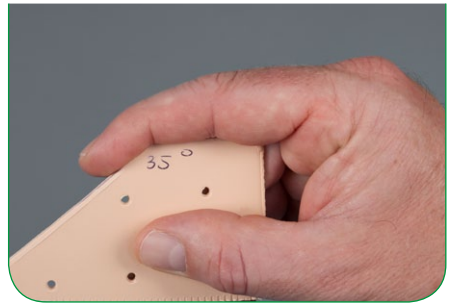
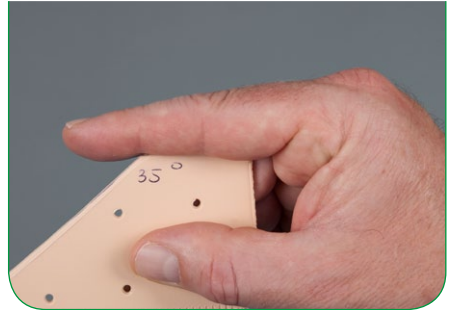
Wordt uw vinger dik, rood en/of pijnlijk? Neem dan contact op met uw ergo/fysiotherapeut. Het kan zijn dat de spalk niet goed zit of dat u uw hand te zwaar belast.

Oefeningen

Eerste zes weken

In de eerste zes weken als u de spalk continu draagt, doet u twee oefeningen:

- buig het middelste gewricht (afbeelding 4)
- buig met uw gezonde hand het middelste gewricht.



Tweede zes weken

Als u uw vingertopje na zes weken helemaal kunt strekken, mag u starten met de oefenperiode van zes weken. U oefent vijf keer per dag zonder de spalk. Na de oefeningen doet u uw spalk weer om. U gebruikt bij het oefenen een zogenoemd oefenhulpstuk (afbeelding 5 en 6).

Week 1

buig uw vinger tot hij tegen het oefenhulpstuk van 0° aanrust
houd dit tien seconden vast

herhaal dit tien keer
strek het middelste gewricht weer rustig
herhaal dit tien keer

Week 2

buig en strek uw vinger op het oefenhulpstuk van 15°
houd dit tien seconden vast
doe dit tien keer

Week 3

herhaal de oefening van week 2, maar nu met het oefenhulpstuk van 25°

Behandeling van een malletvinger

Week 4

herhaal de oefening met het oefenhulpstuk van 35°

Week 5

herhaal de oefening met het oefenhulpstuk van 45°

Week 6

herhaal de oefening met het oefenhulpstuk van 55°

Uw vragen

Heeft u nog vragen? Neem dan gerust contact met ons op. De polikliniek revalidatie is van maandag tot en met vrijdag van 8.00 tot 16.30 uur bereikbaar via telefoonnummer 072 - 548 32 86.

Vergoeding van de behandeling

De vergoeding van de behandeling is meestal opgenomen in het basispakket van uw ziektekostenverzekering.

De behandeling valt onder revalidatiebehandeling of enkelvoudige ergotherapie. Het kan zijn dat u een eigen bijdrage moet betalen. Wij adviseren u om dit na te vragen bij uw ziektekostenverzekeraar.

Notities

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Colofon

Redactie: polikliniek revalidatie
afdeling communicatie

Vormgeving: vormgeving MCA

Druk: Ricoh Nederland

Artikelnummer: 141361 / 2014.06

Op alle behandelingen in MCA zijn de algemene voorwaarden van MCA van toepassing, zie www.mca.nl of vraag bij de balie van patiëntenvoorlichting.

Medisch Centrum Alkmaar

Wilhelminalaan 12

1815 JD Alkmaar

T 072 - 548 44 44

mca.nl