



MEDINOVA
KLINIEKEN

Tenniselleboog

© augustus 2011

Beste lezer,

U bent verwezen met een tenniselleboog of zojuist bij de orthopedisch chirurg geweest. Er is gesproken over een mogelijke operatie van uw elleboog. Het kan ook gebeuren dat u gewoon nieuwsgierig bent of de folder meeneemt voor een kennis of goede vriend(in). In Kliniek Zestienhoven is het team van orthopeden uitstekend in staat om, indien u dit wenst, nog uitgebreidere informatie te geven dan deze folder u alvast biedt.

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 bruine pleisters dichtgeplakt. Hierover komt een witte pleister en een drukverband. De eerste 24 uur na de operatie draagt u een mitella. Deze mitella zorgt ervoor dat u geen last heeft van een arm die vreemd beweegt door de plaatselijke verdoving. 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. Soms gaan de bruine pleisters er vanzelf af, anders kunnen ze er na 10 tot 14 dagen tijdens de controle afgehaald worden.

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 u hier algemene informatie over de behandeling van een tenniselleboog. Deze behandeling is een veilige en betrouwbare chirurgische ingreep. U wordt naar beste kunnen behandeld, maar er kan geen garantie gegeven worden op een goed resultaat of een ongestoord verloop.



Kliniek Zestienhoven

Vliegveldweg 65

3043 NT Rotterdam

t: 010 - 298 9898

e: zestienhoven@medinova.com

www.medinova.com



Dit is een uitgave van Medinova klinieken bedoeld om cliënten en geïnteresseerden te informeren over bovenvermelde behandeling. Deze beschrijving betreft de standaardbehandeling zoals gebruikelijk uitgevoerd in onze klinieken. De behandelend medisch specialist kan een behandeling voorschrijven die afwijkt van deze beschrijving. Aan deze beschrijving kunnen geen rechten worden ontleend. Graag wijzen wij u hierbij op de Nederlandse Patiënten Consumenten Federatie (NPCF) die zich sterk maakt voor alle mensen die zorg nodig hebben, nu of in de toekomst. Voor het klachten- en privacyreglement verwijzen wij u naar onze website.



MEDINOVA
KLINIEKEN

© augustus 2011

Graag wijzen wij u hierbij op de Nederlandse Patiënten Consumenten Federatie (NPCF) die zich sterk maakt voor alle mensen die zorg nodig hebben, nu of in de toekomst.

Mocht u na het lezen nog vragen hebben dan verzoeken wij u telefonisch of via e-mail contact met ons op te nemen. U kunt ook kijken op onze website www.medinova.com voor aanvullende informatie. Wij zijn u graag van dienst!



Kliniek Zestienhoven

Vliegveldweg 65

3043 NT Rotterdam

t: 010 - 298 9898

e: zestienhoven@medinova.com

www.medinova.com



Dit is een uitgave van Medinova klinieken bedoeld om cliënten en geïnteresseerden te informeren over bovenvermelde behandeling. Deze beschrijving betreft de standaardbehandeling zoals gebruikelijk uitgevoerd in onze klinieken. De behandelend medisch specialist kan een behandeling voorschrijven die afwijkt van deze beschrijving. Aan deze beschrijving kunnen geen rechten worden ontleend. Graag wijzen wij u hierbij op de Nederlandse Patiënten Consumenten Federatie (NPCF) die zich sterk maakt voor alle mensen die zorg nodig hebben, nu of in de toekomst. Voor het klachten- en privacyreglement verwijzen wij u naar onze website.