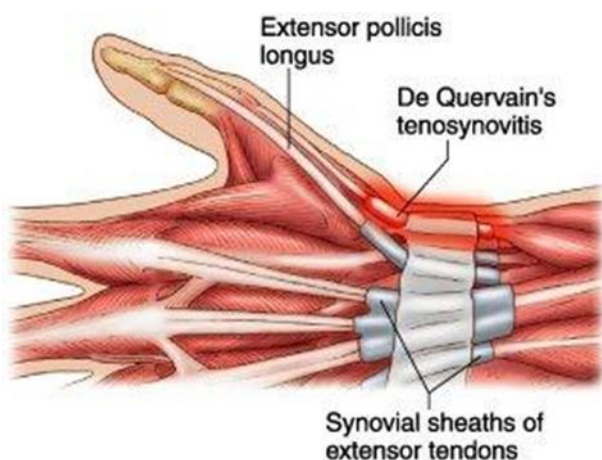


## Peesontsteking van de duim - De Quervain

De aandoening van De Quervain is een ontsteking van de pezen en/of de peesschede aan de duimzijde van de pols. Aan het einde van het spaakbeen aan de duimzijde lopen de pezen door een nauwe tunnel (peesschede). De binnenbekleding van de tunnel bestaat uit een slijmvlieslaag. De pezen van de duim glijden normaal soepel langs deze laag door de peesschede, maar wanneer de slijmvlieslaag ontstoken is lukt dat niet meer.



### Klachten

In het begin is er pijn aan de duimzijde van de onderarm. Als u niet behandeld wordt, dan kan de pijn zich uitbreiden naar de duim en de bovenzijde van de onderarm.

Als u kracht zet met uw hand kunnen de pezen kraken. In ernstige gevallen ontstaat er zwelling rond het gebied van de peesschede.

Voorwerpen tillen, vasthouden en het bewegen van de duim wordt dan steeds moeilijker en pijnlijker.

### Behandeling

#### Zonder operatie

Probeer de bewegingen en activiteiten die de pijn veroorzaken te vermijden. Neem bijvoorbeeld vaker pauze bij herhaalde handelingen en werken achter de computer en probeer onderhands te tillen. De handtherapeut kan u houdings- en tiladviezen geven en ook bekijken hoe u bijvoorbeeld uw werkplek kunt aanpassen.

De medisch specialist kan u voor zes weken een spalk voorschrijven, die de geïrriteerde pezen rust geeft. Ontstekingsremmende middelen zoals Ibuprofen en Diclofenac helpen tegen de pijn en de zwelling van het geïrriteerde slijmvlies van de peesschede. Als dit allemaal niet voldoende helpt, kan een injectie met corticosteroïden in of rond de peesschede worden gegeven.

#### Met operatie

Als bovenstaande aanpak niet helpt en de klachten bestaan langer dan drie maanden, kunt een operatie overwegen. Daarbij wordt onder plaatselijke verdoving het dak van de peesschede doorgenomen. Daardoor krijgen de beide pezen in de schede meer ruimte.

Meestal wordt de operatie op de behandelpolikliniek uitgevoerd onder plaatselijke verdoving. Soms wordt besloten dit op de operatiekamer te doen met een regionale verdoving.

#### Almelo

Zilvermeeuw 1  
Postbus 7600  
7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141  
Postbus 546  
7550 AM Hengelo

 [facebook.com/ZGTinfo](https://facebook.com/ZGTinfo)

 [twitter.com/ZGT\\_info](https://twitter.com/ZGT_info)

 [linkedin.com/company/zgt](https://linkedin.com/company/zgt)

 [youtube.com/user/ZGTinfo](https://youtube.com/user/ZGTinfo)

 [zgt.nl](https://zgt.nl) - [zgt.nl/mijnzgt](https://zgt.nl/mijnzgt)

## Risico's en complicaties

Bij elke behandeling kunnen complicaties optreden.

### *Corticosteroiden injectie*

Deze behandeling kan als bijwerking een witte verkleuring van de huid of atrofie (dunner worden van de huid) veroorzaken.

### *Operatie*

Na de operatie is er kans op een nabloeding, wondinfectie, peesverkleving of een ongewenst litteken. Deze complicaties komen erg weinig voor en kunnen vrijwel altijd goed behandeld worden. Ook is bij de operatie beschadiging of kneuzing van een gevoelszenuw mogelijk. Dit kan een (tijdelijke) gevoelsstoornis of pijnklachten veroorzaken.

Een zeldzame complicatie is het pijnsyndroom CRPS (vroeger bekend als dystrofie). Dit is een pijnlijke aandoening waarbij het lichaam te sterk reageert op de operatie en waarbij het herstel veel langer dan normaal kan duren.

## Na de behandeling

Na de ingreep wordt het wondje met hechtingen gesloten. U krijgt meestal een drukverband aangelegd, wat u zelf na drie dagen kunt verwijderen.

### *Bewegen en oefenen*

Het is belangrijk dat u na de operatie de pezen direct laat bewegen, ook al doet dit soms de eerste tijd pijn. Als u uw hand en duim namelijk stil houdt, treedt er soms littekenvorming op tussen de pezen en de peesschede waardoor u de duim minder goed kunt bewegen. Tillen en herhaalde bewegingen moet u drie tot vier weken vermijden. Het kan soms wel een paar maanden duren voordat de pijn helemaal verdwenen is. Als de functie van de hand nog niet goed hersteld is, kan het zijn dat u naar de ergotherapeut moet.

### *Pijnstilling*

Als u pijn heeft, is ons advies te beginnen met paracetamol: u mag 4x per dag 2 tabletten van 500 mg nemen.

Helpt dit onvoldoende, dan kunt u hiernaast 3 tot 4x per dag 400 mg ibuprofen nemen. Dit is zonder recept verkrijgbaar bij apotheek of drogist. U kunt bij uw eigen apotheek navragen of ibuprofen in combinatie met uw eigen medicijnen gebruikt mag worden en of u hierbij een maagbeschermer nodig heeft.

### *Controle*

Ongeveer twee weken na de operatie vindt wondcontrole plaats op de polikliniek. Dan worden eventuele niet oplosbare hechtingen verwijderd.

## Contact gegevens/ meer informatie

Bij vragen of problemen kunt u tijdens kantooruren (8.00 tot 16.30 uur) contact opnemen met de polikliniek plastische chirurgie via telefoonnummer:

**088 708 52 45**

Bij complicaties buiten kantooruren kunt u bellen met ZGT (**088 708 78 78**) en u laten doorverbinden met de afdeling spoedeisende hulp (SEH).