



# Twijgbreukje pols (Greenstick)

## **Twijgbreukje pols (Greenstick)**

Uw kind heeft een kleine breuk in de ellepijp of het spaakbeen ter hoogte van de pols (greenstick fractuur). Het is een knikje in het bot. We behandelen dit met een brace en een sling. Dit is een soort mitella.

### **Samenvatting**

- Uw kind heeft een kleine breuk (knikje) in de ellepijp of het spaakbeen ter hoogte van de pols (twijgbreuk).
- Deze breuk herstelt doorgaans zonder restklachten.
- We maken geen standaard poliklinische controle afspraak, dit is over het algemeen niet nodig.
- De sling kan verwijderd worden zodra de pijn dit toelaat. De brace mag na 2 weken verwijderd worden. Indien uw kind dan nog teveel pijn heeft kan het gebruik van de brace en de sling in de derde week afgebouwd worden.
- Om stijfheid van de pols te voorkomen is het belangrijk dat uw kind na 1-2 weken begint met bewegen van de pols.
- Een instructievideo voor het opnieuw aanbrengen van de brace kunt u vinden in de app.
- Als er tijdens het herstel vragen of problemen zijn, kunt u contact opnemen met de gipskamer in Hoorn en/of Purmerend. U vindt de contactgegevens achter in de folder.

## **Behandeling**

Dit twijgbreukje van de pols of onderarm komt vaak voor bij kinderen. Het wordt ook wel een twijgbreukje genoemd, omdat het knikje in het bot lijkt op het buigen van een flexibel takje van een boom. We behandelen deze breuk met een afneembare brace en een sling. Dit is een soort mitella.

### **0-2 weken**

- Sling verwijderen zodra de pijn het toelaat.
- Brace nog blijven dragen.

### **2-3 weken**

- Brace verwijderen zodra de pijn het toelaat.

### **3-5 weken**

- Vrij bewegen van de pols.

### **Na 5 weken**

- Uw kind kan weer sporten en gymmen.

## Instructies

Volg de volgende instructies voor een zo goed mogelijke genezing:

- De brace en sling houden de arm in een prettige positie.
- Uw kind mag de sling afdoen zodra de pijn dat toelaat. De brace mag na 2 weken verwijderd worden. Heeft uw kind na 2 weken nog te veel pijn? Dan mag uw kind het gebruik van de brace en sling in de derde week langzaam afbouwen. Daarna moet de brace afblijven.
- De breuk zit dicht bij de pols. Daarom is het belangrijk dat uw kind na 1 tot 2 weken begint met bewegen. Dat voorkomt stijfheid van de pols en het bevordert de genezing en het herstel.
- Na 3 weken mag uw kind voorzichtig weer alle activiteiten uitvoeren. Dit is op geleide van pijnklachten, dus alleen als hij de pijn kan verdragen. Als het niet lukt, kan uw kind beter nog even wachten.
- Tijdens het douchen mag de brace even worden verwijderd. Let er op dat de arm helemaal droog is voordat uw kind de brace weer omdoet. Instructies over het opnieuw aanbrengen van de brace kunt u vinden in de app.
- Heeft uw kind pijn? Gebruik dan paracetamol. Wacht niet met paracetamol geven totdat uw kind te veel pijn heeft. Verspreid het geven van paracetamol over de dag.

## Herstel

- Een controle op de polikliniek is in principe niet nodig. De breuk geneest meestal binnen enkele weken volledig.
- Blijft uw kind pijn houden of blijft de pols minder goed functioneren? Neem dan contact op met de Gipskamer. Als een controle dan toch nodig is, maken we een afspraak.

## **Brace opnieuw omdoen**

Bekijk de video's in de Virtual Fracture Care App.

- Als u de brace heeft afgehaald, bijvoorbeeld om te douchen.
- Ondersteun de pols bij het aantrekken van de klittenbanden.
- Zit de brace te strak, pas dit zo nodig aan met het klittenband.

## **Oefeningen**

Het is belangrijk dat uw kind de pols beweegt zodra de pijn dit toelaat. Met het normaal bewegen van de pols, oefent uw kind de pols ook. Specifieke oefeningen zijn niet nodig.

## **Vragen? U kunt ons gewoon bellen**

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan contact op of kijk op [www.Dijklander.nl](http://www.Dijklander.nl)

### *Gipskamer Hoorn*

Bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 8:30 – 10:00 uur en van 13:30 – 15:00 uur.

Telefoonnummer: 0229-208259.

### *Gipskamer Purmerend:*

Bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 9:00 – 16:30 uur

Telefoonnummer: 0299-457615.





**Locatie Enkhuizen**

Molenweg 9b  
1601 SR Enkhuizen  
T. 0228 312 345

**Locatie Hoorn**

Maelsonstraat 3  
1624 NP Hoorn  
T. 0229 257 257

**Locatie Purmerend**

Waterlandlaan 250  
1441 RN Purmerend  
T. 0299 457 457

**Locatie Volendam**

Heideweg 1b  
1132 DA Volendam  
T. 0229 257 500

**Postbus 600, 1620 AR Hoorn**

[www.dijklander.nl](http://www.dijklander.nl)  
[info@dijklander.nl](mailto:info@dijklander.nl)



FLD-02046-NL 25-11-2022