



# Gebroken pols

(ongecomplieerd)

Gipskamer

## **Gebroken pols (ongecompliceerd)**

### **Inleiding**

Er is bij u, op de spoedeisende hulp, door de arts een fractuur van de pols geconstateerd. De verdere behandeling van deze fractuur gebeurt vanaf nu door de gipsverbandmeester. Hij of zij behandelt volgens afspraken met de specialist. Bij onduidelijkheden of problemen in de behandeling overlegt de gipsverbandmeester altijd met de specialist.

### **De pols en het letsel**

De pols is het gewricht dat wordt gevormd door de handwortelbeentjes in de hand en de twee onderarmbotten; het spaakbeen en de ellepijp. Bij een polsbreuk die ongecompliceerd is spreken we over een breuk van alleen het spaakbeen waarbij de fractuur niet door het gewricht loopt en het bot verder geen afwijkende stand vertoont.

### **De behandeling**

Op de spoedeisende hulp wordt voor de eerste week een gipsspalk aangelegd vanwege de zwelling waar een fractuur vaak mee gepaard gaat. Na een week is de zwelling dusdanig afgenomen dat de spalk te ruim wordt. U krijgt dan op de gipskamer een circulair onderarmgips van polyester. De pols wordt dan ook weer onderzocht. U krijgt in totaal 3 tot 4 weken gips. Het circulaire onderarmgips wordt na de behandelduur verwijderd. Uw pols wordt weer onderzocht. Indien dit goed is, is de gipsperiode afgerond.

## **Herstel, adviezen en leefregels.**

### Tijdens de gipsbehandeling:

- Het gips mag niet nat worden
- Het dragen van een mitella of sling is na een week niet meer nodig.
- Als uw vingers af en toe wat dikker worden dan normaal, houd dan uw hand hoog, beweeg uw vingers en maak regelmatig een vuist.
- U mag geen zware voorwerpen tillen.
- Indien u jeuk krijgt kunt u met de föhn op de koude stand door uw gips blazen.

### Na de gipsbehandeling:

- Nog 2 weken niet sporten en/of zware voorwerpen tillen.
- Houd er rekening mee dat door het oefenen weer zwelling op kan treden van uw pols.
- U zult een soort spierpijn ervaren bij het oefenen.
- Oefen zonder dat het u al te veel pijn doet. Het zal steeds iets beter gaan.
- Indien u niet direct uw baan weer kan oppakken, neem dan contact op met een bedrijfsarts. Indien er 6 weken na verwijderen van het gips aanhoudende klachten zijn wordt u geadviseerd een afspraak te maken op de polikliniek traumachirurgie.

## **Contact**

Bij vragen of klachten kunt u telefonisch contact opnemen met de gipskamer;

### **Hoorn:**

Tijdens kantooruren van 8.30 tot 16.30 uur belt u 0229-208259.

Buiten kantooruren belt u de Spoedeisende Hulp 0229-257699.

Polikliniek traumachirurgie: telefoonnummer 0229-257828.

### **Purmerend:**

Tijdens kantooruren van 9.00 tot 16.30 uur belt u 0299-457615.

Buiten kantooruren belt u de Spoedeisende Hulp 0299-457620.

NB: Ga met vragen of klachten niet naar de huisarts of de huisartsenpost. Neem altijd contact op met het ziekenhuis.

De gipskamer heeft ook een internetsite met informatie [www.dijklander.nl/zorg/afdelingen/gipskamer](http://www.dijklander.nl/zorg/afdelingen/gipskamer)

**Notities:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**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. 0299 457 001

**Postbus 600, 1620 AR Hoorn**

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



FLD-00398-NL 14-07-2020