



Opleidingen



Hulpverlening



Nummer '22-05

"Dondersteentje-weetje!"

Tilburg, 1-03-2022

Vinger letsels.

In deze bijdrage aan het dondersteentje gaan we wat dieper in op een paar letsels en ongemakken aan de vingers.

Mallet finger.



Mallet finger oftewel "hamervinger". Daarbij is de pees die het topje van de vinger strekt, gescheurd, hierdoor is het onmogelijk om de vinger actief te strekken. *Het topje van de vinger komt in een typische buigstand te staan zoals te zien is op de afbeelding.*

Het topje van de vinger kan strekken doordat de strekpees als een touwtje aan de bovenkant van de vinger vastzit. Wanneer er door een spier aan de pees getrokken wordt, strekt het topje van de vinger. Als deze trekpees scheurt kan het vingertopje plots niet meer strekken en blijft in deze gebogen stand staan.

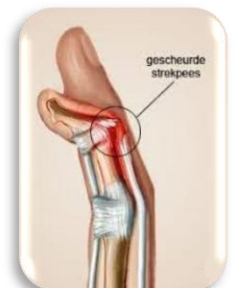


De Mallet finger ontstaat wanneer het topje van de vinger met kracht gebogen wordt. Vaak gebeurt dit tijdens sport of spel, zoals bij volley-, basket- of voetbal. Met name de keeper de bal komt tegen het topje van de vinger waardoor hij in een keer buigt.

Ook bij dagelijkse activiteiten kan de strekpees scheuren, klassieke voorbeelden zijn het bed opmaken en het optrekken van sokken.

Symptomen:

- Het moment dat de pees scheurt is niet altijd pijnlijk, meestal komt de pijn daarna,
- Het topje van de vinger staat in een gebogen stand,
- Het lukt niet om de vingertop te strekken,
- Er kan een lokale zwelling zijn.



Het spreekt voor zich dat je dit slachtoffer doorstuurt voor deskundige hulp.

Trigger finger.



Een triggerfinger komt zeer regelmatig voor. Een triggerfinger is een knappend en pijnlijk gevoel in de vingers of duim en zorgt ervoor dat een vinger of duim niet goed kan strekken of buigen. Wanneer deze klacht erger wordt kan de vinger krom blijven staan. Bij een triggerfinger is er sprake van een irritatie van de peesschede (tunneltje waar de pees in zit). Deze irritatie leidt tot een lokale zwelling in de pees en/of peesschede dit belemmert het normale soepele glijden van de buigpees tijdens buigen en strekken van de vinger of duim.

Aanvankelijk kan de pees met enige moeite nog wel langs de plaats van de irritatie getrokken worden, maar dat is meestal erg pijnlijk en geeft een "knappend" gevoel. Er ontstaat een vicieuze cirkel van ontsteking-zwelling-knappen en opnieuw ontsteken, uiteindelijk komt de vinger-duim helemaal op slot te zitten en kan niet meer gestrekt of gebogen worden.

Oorzaak:

Meestal overbelasting, door stevige, langdurige druk op de zezen, met name bezigheden waarbij met de kracht de vinger-duim buigt b.v. snoeien-wringen zwaar gereedschap.



Te herkennen aan:

- Moeite met buigen en strekken
- Hoort/voelt knak
- Zwelling
- Vinger of duim blijft krom staan

Vaak is een operatie nodig die poliklinisch wordt uitgevoerd onder lokale verdoving,



Er wordt een kleine huidsnede gemaakt daardoor wordt de peesschede (tunneltje) geopend en geeft de verdikte ontstoken pees ruimte. De beweeglijkheid van de vinger-duim is meteen weer normaal. Wel moet de aangedane hand regelmatig gebogen en gestrekt worden om verkleving te voorkomen.

Skiduim-bandletsel.

Bij een skiduim is de gewrichtsband die aan de binnenzijde van de duim zit verslapt-verrekt of gescheurd hierdoor is het duimgewricht gezwollen en pijnlijk. Kan niet goed bewegen en er is krachtverlies. De naam skiduim is enigszins verwarrend ook balsporters kunnen er last van krijgen als de bal met hoge snelheid tegen de uitgestrekte duim aankomt. Bij skiën is dit als de duim achter de skistok blijft hangen.



Een skiduim/bandletsel ontstaat wanneer het gewricht in een verkeerde (onnatuurlijke) stand wordt gebracht oftewel "uit de kom schiet". Hierbij worden de banden die het gewricht bij elkaar houden zo uitgerekt dat deze deels of geheel afscheuren. Soms breekt hierbij een stukje bot af. Dit letsel treedt het vaakst op in het middelste gewricht van een vinger en bij het gewricht aan de basis van de duim.

Dit letsel behandel je als een breuk. Slachtoffers met dit letsel stuur je door naar de deskundige hulp. Na onderzoek zal er bij een stabiel gewricht een spalk gebruikt worden. Als de banden afgescheurd zijn of stukje bot is mede afgescheurd dan is een operatie nodig.

Met vriendelijke groeten,
Annie
Instructrice Eerste Hulp