



Botbreuken.



Ons lichaam bestaat uit tweehonderd-en-zes botten en botjes.

Zo hebben we aan iedere vinger drie kootjes en aan de duim twee kootjes. Die zitten vast aan vijf middenhandsbeentjes en worden door acht botjes aan de pols aan onze onderarm vast gehouden. Opgeteld zeven-en-twintig botjes.

De onderarm bestaat uit het spaakbeen en de ellepijp en de bovenarm heeft het operarmbeen. Voor één arm dertig botten.

Al deze botten worden vastgehouden door pezen en onze spieren laten ze weer bewegen. Daar om hebben we rek- en trekspieren. Een bot bestaat uit been, daar zit het beenmerg in (hier word het **bloed** aangemaakt) en er omheen zit botvlies. Aan de scharnierende plaatsen (gewrichten) zit kraakbeen.

Kraakbeen is wat zachter en soepeler. Voel maar eens aan je oren en je neus, die kun je zonder scharnier een beetje draaien en heen en weer bewegen.

Een pas geboren baby heeft hoofdzakelijk kraakbeen. Als een baby wat breekt is dat een zogenaamde **twijgbreuk**. Denk in het voorjaar aan een jong takje, dat als je het wil breken eerst een aantal keren op en neer bewegen en dan nog breekt het niet! Het takje heeft wel veel lengte scheuren. Een baby heeft vele gedeeltelijke botjes.

Denk aan de schedel die uit vier delen bestaat en nog twee openingen heeft, de fontanellen. Pas in de puberteit is het geheel tot bot uitgegroeid.

Vast wel eens gehoord van een **zondags armpje**. Kleine kinderen die aan de hand van beide ouders sprongetjes mogen maken en om die grote mensen bij te houden hangen ze dan aan hun eigen gewicht. Of op zondagmiddag wandelen met de kinderen, waarbij het kind aan beide armen tussen de ouders op en neer geschommeld word. Daarnaast kan het ook ontstaan als een kind aan gestrekte arm (met enige kracht) van de grond omhoog getild wordt na gevallen te zijn. Het komt met name voor bij kinderen tussen 2 en 6 jaar zij worden vaak lichtjes getild. Hun ellebogen zijn nog niet volgegroeid en worden **uit de kom** getrokken.

Breuken kunnen ontstaan door geweld van buiten af. Als het bot klem komt te zitten en niet meer mee kan bewegen maakt het een hefboom beweging. En zal het bot door de huid naar buiten steken, een **open botbreuk**. Als een bot op meerdere plaatsen gebroken is noemt men dat **versplintering** of **verbrijzeling**. Soms ligt het getroffen lichaamsdeel in een **vreemde stand** en/of is **abnormaal** bewegelijk.



Het slachtoffer:

- heeft pijn
- functie verlies: niet willen of kunnen bewegen
- zwelling op de plaats van de pijn
- soms;
 - een wond
 - abnormale stand of
 - beweeglijkheid

De hulpverlener kan het getroffen lichaamsdeel;

- stil (laten) houden
- rust en steun geven

Verder letsel voorkomen;

- een wond afdekken
- sieraden uit
- deskundige hulp inschakelen.

(Richtlijn Eerste Hulp: **schakel bij botbreuken en ontwrichtingen meteen professionele zorg in!**)

Hoofd en voet kunnen in de aangetroffen houding door de hulpverlener: met zijn onderarmen op de grond tussen beiden handen onbeweeglijk gehouden worden.

Met een deken: een rol maken en goed tot voorbij aangrenzende gewrichten steun geven. Ook allerlei voorwerpen in omgeving kunnen helpen, denk aan jas, tas, steen, ect.

Wond steriel afdekken met een kompres en kleefpleister aan alle zijden vastplakken op de huid.



Sieraden liefst door SO zelf uit laten doen, zo nodig helpen en bij het SO laten. Bijvoorbeeld in andere hand of jaszak.

Geblesseerde plaatsen gaan altijd zwellen dus niet te lang wachten.

Bij open breuken is het extra belangrijk besmetting te voorkomen. Het genezingsproces gaat hierdoor langer duren.

Zolang het slachtoffer nog kan lopen kan deze met eigen vervoer naar de deskundige hulp, Bij alle andere bel 112 en laat een ambulance komen.



De herfst is weer begonnen de feestdagen in aantocht en maak er mooie dagen van.

Maar blijf alert corona ligt nog altijd op de loer.

Groetjes, Corrie Verdonk.