

Malletvinger

Hamervinger

Bij een malletvinger staat uw vinger in een afwijkende stand. In overleg met uw arts start u met een behandeling op de afdeling revalidatie van Noordwest Ziekenhuisgroep. In deze folder leest u meer informatie over de aandoening en de behandeling.

Wat is een malletvinger?

Een malletvinger is een aandoening van een deel van de strekpees van de vinger. Hierbij gaat het topje van uw vinger hangen, zoals in onderstaande afbeelding. U kunt door de aandoening de top van uw vinger niet meer strekken.



Gebogen stand vingertop (malletvinger)

Oorzaak

Een malletvinger ontstaat door beschadiging van een deel van de strekpees van de vinger. Een beschadiging aan de vinger kan ontstaan door:

- een directe klap op de vingertop
- een stoot van de vingertop, dit kan bijvoorbeeld bij het opmaken van een bed gebeuren
- een snijwond

Klachten

Een malletvinger is geen ernstige blessure, maar kan in het dagelijks leven wel vervelend zijn. U stoot uw vinger gemakkelijk en blijft vaak ergens achter haken. Klachten bij een malletvinger zijn:

- zwelling en pijn rondom het laatste vingerkootje
- een gebogen stand van het topje van uw vinger, u kunt de vingertop niet meer strekken

Behandeling

Om uw malletvinger te herstellen komt u onder behandeling van een handtherapeut, op de afdeling revalidatie. Het doel van de behandeling is dat u uw vinger weer goed kunt strekken en buigen. De

behandeling duurt ongeveer 10 weken.

Spalk

Tijdens de behandeling krijgt u een spalk. Deze maakt de handtherapeut voor u. Met de spalk zet de handtherapeut uw vinger in een gestrekte stand vast, zoals op de afbeelding. Door de spalk kan de strekpees herstellen.



Voor goed herstel is het belangrijk dat u:

- de spalk altijd draagt, op deze manier voorkomt u dat de pees weer afscheurt
- uw vinger droog houdt

Controleafspraken

Over het algemeen komt u één keer in de 2 weken voor controle, tenzij de handtherapeut iets anders met u afspreekt. De handtherapeut controleert uw spalk en gaat na of het herstel goed verloopt.

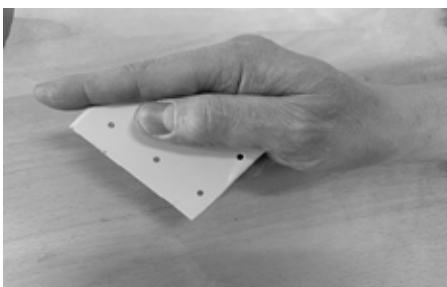
Eerste 6 weken

U mag uw spalk de eerste 6 weken **nooit** tussentijds af doen, ook niet bij het douchen of handen wassen. Het topje van uw vinger blijft hierdoor gestrekt.

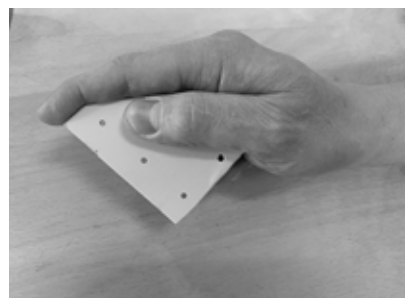
In de eerste 6 weken moet u het middelste gewrichtje van de vinger regelmatig buigen en strekken, ongeveer 5 keer per dag. Als de oefening moeizaam gaat kunt u met de andere hand helpen bij de beweging.

Na 6 weken

Als u uw vingertopje na 6 weken helemaal kunt strekken, dan mag u starten met de oefenperiode van 4 weken. U oefent 5 keer per dag zonder de spalk. Na de oefeningen doet u de spalk weer om. U gebruikt bij het oefenen een hulpstuk, zoals op onderstaande afbeeldingen.



Hulpstuk bij het oefenen.



U krijgt dit hulpstuk van uw handtherapeut

U bouwt met behulp van dit hulpstuk per week de oefening met 15 graden op. Uw handtherapeut geeft u hier uitleg over. U kunt het midden van uw vinger eventueel met uw andere hand tegen het hulpstuk aan duwen, zodat alleen uw vingertop om het hulpstuk heen buigt. De rest van uw vinger blijft stil.

Let op: Lukt de oefening niet?

U moet bij deze oefening het topje van de vingers actief van het hulpstuk af kunnen strekken. Lukt dit niet? Doet u dan spalk weer om. U stopt met oefenen en overlegt met uw handtherapeut.

Problemen tijdens het herstel

Het kan voorkomen dat u na 6 weken uw vingertopje nog niet volledig kan strekken. In dit geval bespreekt de handtherapeut met u het vervolg van de behandeling.

Daarnaast kan het zijn dat de huid geïrriteerd raakt onder de spalk. Neem in dit geval contact op met de afdeling revalidatie via onderstaand telefoonnummer.

Uw vragen

Heeft u vragen of last van een geïrriteerde huid onder de spalk? Neemt u dan contact op met de polikliniek revalidatie. Dit kan van maandag tot en met vrijdag tussen 08:30 en 16:30 uur:

- locatie Alkmaar, telefoonnummer 072 – 548 3290
- locatie Den Helder, telefoonnummer 0223 – 69 6481