

## Orthopedie

### De pees(schede)ontsteking van De Quervain

Met de duim kunt u allerlei bewegingen maken: spreiden, sluiten, buigen en strekken. Deze bewegingen zijn mogelijk door de werking van de spieren en pezen van de duim. Deze spieren en pezen liggen zowel aan de palmzijde als aan de rugzijde van de onderarm. De strekspieren en de pezen bevinden zich aan de rugzijde van de onderarm en lopen onder een hoek naar de duim toe. *De plaatjes hier rechts laten dit zien.*

Aan het einde van het spaakbeen aan de duimzijde lopen de pezen door een nauwe tunnel (peesschede). Deze tunnel houdt de pezen op hun plaats en vormt een soort katrol systeem, zoals een vislijn langs een werphengel loopt. De binnenbekleding van de tunnel bestaat uit een slijmvlieslaag. De pezen van de duim glijden normaal soepel langs deze laag door de peesschede.

### Afwijkingen

De aandoening van De Quervain is een ontsteking van de pezen en/of de peesschede aan de duimzijde van de pols en komt bijna alleen op volwassen leeftijd voor. Het wordt veroorzaakt door irritatie, vaak door een herhaalde beweging, zoals pakken, tillen, knijpen en wringen. Reuma en diabetes kunnen ook gepaard gaan met de aandoening van De Quervain.

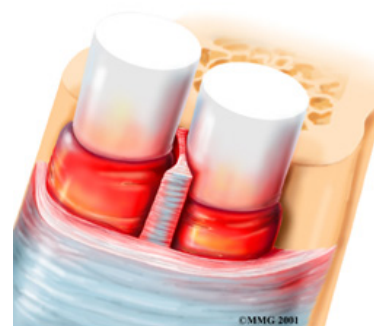
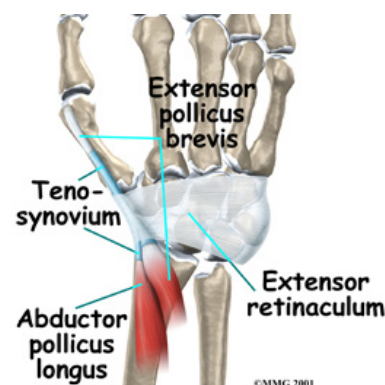
### Verschijnselen

In het begin is er pijn aan de duimzijde van de onderarm. Wanneer er geen behandeling plaats vindt, dan kan de pijn zich uitbreiden naar de duim en de bovenzijde van de onderarm. Als de cliënt kracht zet met die hand kunnen de pezen kraken. In ernstige gevallen ontstaat er zwelling rond het gebied van de peesschede. Voorwerpen tillen, vasthouden en bewegen van de duim wordt steeds moeilijker en pijnlijker.

### Diagnose

*Hoe weet de cliënt dat het de aandoening van De Quervain is?*

De dokter stelt de diagnose vast doormiddel van een kleine test. Er zijn geen ingewikkelde testen of röntgen onderzoeken nodig.



*Foto's: spieren, pezen en peesschede*

Gewoonlijk wordt de test van Finkelstein (zie foto) gedaan: leg de duim in de handpalm en maak een vuist, buig daarna de pols zijwaarts naar in de richting van de pink. Als dit pijn oproept doet over de peesschede aan de duimzijde dan is het goed mogelijk dat de cliënt aandoening van De Quervain heeft.



Foto: test van Finkelstein

### Niet-chirurgische behandeling

Afhankelijk van de ernst en duur van de klachten zal eerst geprobeerd worden, een niet-operatieve (conservatieve) behandeling in te stellen. Dit bestaat uit het aanmeten van een afneembare spalk om de pols en duim, met als doel de pezen tijdelijk rust te geven.

De behandelende arts kan zijn cliënt doorverwijzen naar orthopedisch instrumentmaker voor een spalk. De instrumentmaker maakt een keuze voor een geschikte spalk, welke de geïrriteerde pezen rust geeft en het de cliënt toch mogelijk maakt zijn/ haar dagelijkse werkzaamheden voort te zetten.

De fysiotherapeut kan de cliënt adviseren ten aanzien van houding, mogelijkheden van tillen en adviseren van aanpassingen, bijvoorbeeld in de werksituatie en stressoren.



Foto: voorbeeld duimspalk

### Chirurgische behandeling

Als de niet-chirurgische behandeling niet het gewenste effect geeft en het verschijnsel langer aanhoudt, kan in sommige gevallen operatieve behandeling worden overwogen.

Het doel van de operatie is om beide pezen in de schede meer ruimte te geven. Om dit te bereiken wordt het dak van de peesschede doorgenomen.

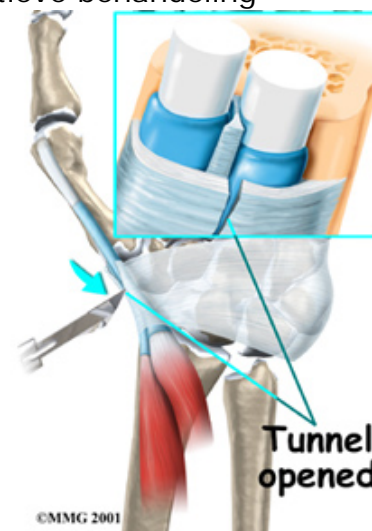


Foto: chirurgische behandeling