

Kinderfysiotherapie

Uw kindje heeft een gebroken sleutelbeen

Adviezen voor ouders en/of
verzorgers

Uw baby heeft tijdens de geboorte zijn of haar sleutelbeen gebroken (claviculafractuur). In deze folder leest u waar u op moet letten tot de breuk genezen is.

Daar waar 'de arm' of 'de schouder' staat, wordt bedoeld: de arm/schouder aan de kant van het gebroken sleutelbeen.

Sleutelbeenbreuk

De botten zijn omringd door een botvlies. Als het sleutelbeen is gebroken, is het botvlies vaak nog heel. Hierdoor blijven de botdelen tegen elkaar liggen. Door de breuk kan uw baby pijn hebben, waardoor hij of zij de schouder en arm minder gebruikt. Vaak draait uw baby het hoofd naar de gezonde schouder.

Na een week ontstaat er een bobbel op de plaats van de breuk. Dit betekent dat de botdelen weer aan elkaar groeien. Na 2 tot 3 weken is de breuk genezen.

Waar moet u op letten

Om de breuk te laten herstellen, is het belangrijk dat u de eerste 2 weken:

- De arm van de baby rust geeft.
- Voorzichtig bent met het vasthouden en verzorgen van uw baby.

Wees niet bang om de arm aan te raken

Het is belangrijk de arm van uw baby regelmatig aan te raken en te strelen. Zo wordt uw baby zich meer bewust van de arm en zal hij of zij de arm daardoor na een tijdje beter gebruiken.

Houdingen

- Zorg ervoor dat de arm van de baby dicht bij het lichaam blijft: leg het armpje op de borst van uw baby en het handje bij de mond. Hierdoor kan uw baby het eigen gezichtje voelen en op het handje en de vingertjes sabbelen. Ook is het prettig voor uw kindje als de handjes elkaar kunnen raken.



- Als uw baby pijn aangeeft (bijvoorbeeld door een grimas of huilen), kunt u de arm extra ondersteunen door de mouw op de borst aan het truitje vast te spelden met een veiligheidsspeld.
- Als er kraamvisite komt, kunt u uw kindje op een kussen leggen en zo aan de visite geven.

Houdingen die niet geschikt zijn

- Til de arm niet te ver op. De hoek tussen de romp van de baby en de bovenarm mag niet groter worden dan 90 graden (haakse hoek).



- Laat de arm van uw baby niet naar achteren hangen. Zo voorkomt u dat het hele gewicht van de arm aan de schouder hangt.
- Trek uw baby niet aan de armpjes omhoog.
- Til uw baby niet onder de oksels op.
- Laat uw baby de eerste 2 weken niet op de buik liggen.

Houdingen die wel geschikt zijn

Leg de baby de eerste 2 weken het liefst alleen op de rug. Als uw baby geen pijn aangeeft, mag hij of zij ook op beide zijden liggen.

Slaaphouding

Tijdens het slapen ligt uw baby op de rug. Let er wel op dat het hoofdje per slaapbeurt de ene keer naar links en de andere keer naar rechts ligt.

Verzorging

In bad

Houd uw baby vast bij het hoofd en de schouders. Laat het hoofd op uw pols rusten en ondersteun de bovenarm met uw vingers. Zorg ervoor dat de arm van uw baby niet teveel naar beneden wegzakt. Met uw andere arm ondersteunt u de billen.

Afdrogen

Maak de okselplooien van uw baby goed droog. Hiervoor kunt u de arm gerust een stukje optillen. Zorg er daarbij wel voor dat de hoek tussen de bovenarm en de romp van de baby niet groter wordt dan 90 graden.

Aan- en uitkleden

- Zorg dat de baby recht voor u ligt met de voetjes naar u toe.
- Bij het aankleden doet u eerst de arm aan de kant van de breuk in de mouw en daarna de andere arm.
- Bij het uitkleden doet u eerst de gezonde arm uit de mouw en daarna de arm aan de breukzijde.
- Hemdjес en truitjes met een wijde hals of overslaghemdjес maken het aan- en uitkleden gemakkelijker.
- U kunt uw baby draaien door het aankleedkussen om te draaien.

Optillen

- Plaats een hand onder de billen of tussen de beentjes.
- Plaats de andere hand rond de schouders en het hoofdje.
- Draai uw baby eerst een beetje naar de gezonde kant, zodat de arm aan de breukzijde op de buik van de baby blijft liggen.
- Houd het handje van de baby op de buik vast met de hand die rond de schouder van uw kind ligt.



Dragen

Tegen u aan

- U kunt uw baby dragen met de arm tegen u aan. Zo houdt u het armpje met uw lichaam op zijn plaats. Leg hierbij de arm op de borst van uw baby.
- Als u uw baby met de gezonde zijde tegen u aan draagt, let er dan op dat u uw arm rond de schouders van uw kind legt. Dit houdt de arm aan de breukzijde op de juiste plaats. Met uw andere hand ondersteunt u de billen.



Rechttop tegen uw schouder

Als uw baby het rechter sleutelbeen heeft gebroken, draagt u de baby tegen uw rechterschouder. Is het linker sleutelbeen gebroken, dan draagt u uw baby tegen uw linkerschouder.

Ondersteun de baby met een hand onder de billen. Met uw andere hand ondersteunt u de arm, zodat de elleboog gebogen blijft.

Borstvoeding

Leg uw baby tijdens de borstvoeding op een kussen. Zo ligt uw kind op een goede hoogte en hoeft het bijna niet op de zij te draaien.

Als draaien pijnlijk is, laat uw kind dan op de gezonde zijde liggen en verplaats het kussen van de ene naar de andere borst. Leg de armpjes van uw baby tijdens het voeden op de buik of borst.

In de auto

Bij het vervoer in een autostoeltje legt u de arm op een opgerolde handdoek of spelt u het mouwtje vast aan het truitje op de hoogte van de borst. Dit voorkomt dat de schouder en de arm te ver naar achteren zakken.

Na de eerste 2 weken

Na de eerste 2 weken mag uw baby meer bewegen. U kunt de arm voorzichtig hoger optillen dan een hoek van 90 graden. Als de beweging pijn geeft, ga dan niet te ver.

Contact

Hebt u vragen? De afdeling Fysiotherapie is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8:00 tot 17:00 uur.

T: 0515 - 48 81 70

Hebt u opmerkingen of tips over de informatie in deze folder?
Wij ontvangen ze graag via folders@mijnantonius.nl