

## Twijgbreukje pols (Greenstick)

Een twijgbreukje bij de pols is een kleine breuk in de ellepijp of het spaakbeen. De breuk zit bij de pols. Dit heet ook wel greenstick fractuur. Het is een knikje in het bot en komt vaak voor bij kinderen. Als behandeling krijgt uw kind een brace en een sling. Een sling is een soort mitella.



### Samenvatting

- Uw kind heeft een kleine breuk in de ellepijp of het spaakbeen, in de buurt van de pols.
- De breuk herstelt meestal goed.
- Een afspraak op de polikliniek is meestal niet nodig.
- Als de pols niet te veel pijn meer doet, mag de sling af.
- Na 2 weken mag de brace af. Als de pols dan nog te veel pijn doet, mag de brace in week 3 soms ook nog aan.
- Laat uw kind na 1 of 2 weken de pols zo veel mogelijk bewegen. De pols wordt dan niet stijf.
- In de Virtual Fracture Care app staat een filmpje hoe u de brace opnieuw moet aandoen.
- Hebt u tijdens het herstel vragen of klachten? Bel dan op op werkdagen tussen 8:30 en 16:00 uur de Breuklijn.

### Behandeling

Dit twijgbreukje bij de pols of onderarm komt vaak voor bij kinderen. Het heet een twijgbreukje, omdat het knikje in het bot lijkt op het buigen van een flexibel takje van een boom. De behandeling is met een brace en een sling. Een sling is een soort mitella.

|  |
|--|
| <b>Tot week 2</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sling verwijderen als de pols niet te veel pijn doet.</li> <li>• Brace blijven dragen.</li> </ul> |
| <b>Tussen week 2 en 3</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brace verwijderen als de pols niet te veel pijn doet.</li> </ul>                                  |
| <b>Tussen week 3 en 5</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pols bewegen zonder brace.</li> </ul>   |
| <b>Na 5 weken</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uw kind mag weer sporten.</li> </ul>  |

## Instructies

Volg de volgende instructies voor een zo goed mogelijk herstel.

- De brace en sling houden de arm in een prettige positie.
- Uw kind mag de sling afdoen zodra de pols niet te veel pijn meer doet.
- Na 2 weken mag de brace af. Als de pols dan nog te veel pijn doet, mag de brace in week 3 soms ook nog aan. Gebruik de brace niet langer dan 3 weken.
- Laat uw kind na 1 of 2 weken de pols zo veel mogelijk bewegen. De pols wordt dan niet stijf. Stop als het te veel pijn doet.
- Na 3 weken mag uw kind de pols weer normaal gebruiken. Stop als het te veel pijn doet.
- Als uw kind gaat douchen, mag de brace af. Maak de arm goed droog voor u de brace weer aandoet. In de Virtual Fracture Care app staat uitgelegd hoe u de brace moet aandoen.
- Als uw kind pijn heeft, mag u paracetamol geven. Wacht niet met paracetamol geven totdat uw kind te veel pijn heeft.

## Herstel

- Een controleafspraak op de polikliniek is vaak niet nodig. Als uw kind veel pijn heeft en die pijn niet minder wordt, bel dan de Breuklijn. Als een controle dan toch nodig is, maken we een afspraak.
- Meestal is de pols na enkele weken hersteld.

## Brace opnieuw omdoen

In de Virtual Fracture Care app ziet u in de folder 'twijgbreukje' een filmpje hoe u het drukverband om moet doen: <https://www.youtube.com/watch?v=IA8FrQ2a3bw>

## Oefeningen

Probeer uw kind de pols te laten bewegen. Stop als het te veel pijn doet. Speciale oefeningen zijn niet nodig.

## Vragen?

Hebt u na het lezen van deze informatie nog vragen? Stel uw vraag via de Breuklijn van Antonius.

## App Virtual Fracture Care

In onze app vindt u meer informatie over uw letsel. Ook kunt u oefeningen vinden om het herstel te bevorderen. De app kunt u zowel in de Appstore (iPhone) als de Google Store (Android) vinden.

U kunt ook de QR-code scannen. U wordt dan automatisch naar de app verwezen.



## Contact

Op werkdagen tussen 8:30 en 16:00 uur:

**Breuklijn: T: 0515 - 48 85 86**