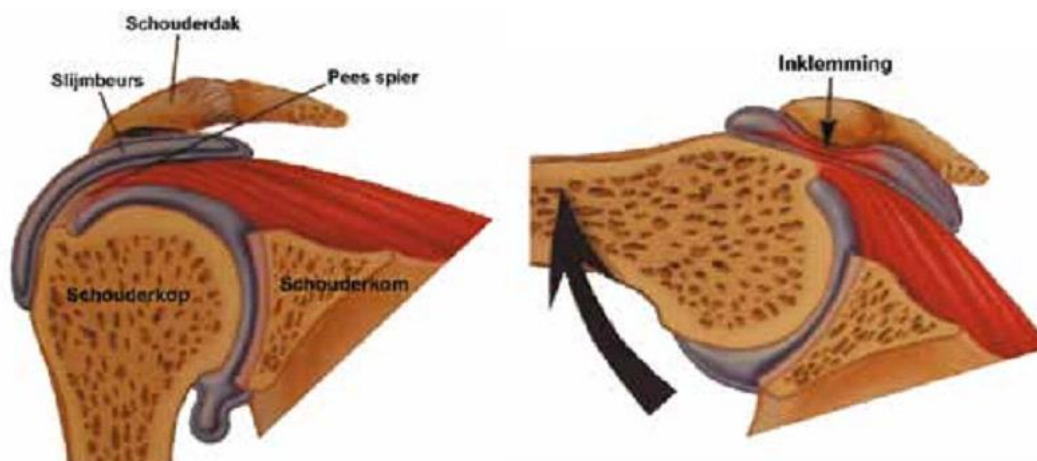


Impingement

U bent op de polikliniek geweest in verband met een schouderklacht. Uw specialist heeft u ongetwijfeld al de nodige informatie gegeven. In deze folder kunt u de belangrijkste zaken nog eens rustig nalezen. Het is goed daarbij te bedenken dat het gaat om algemene informatie. Omstandigheden en ervaringen kunnen van patiënt tot patiënt verschillen.

Wat is een impingement?

Impingement is het Engelse woord voor inklemming. In de schouder kunnen structuren inklemmen onder het schouderdak. Deze structuren zijn de slijmbeurs en de pezen van de spieren rondom het schoudergewricht. Het schouderdak is de voorste rand van het schouderblad dat boven en voor de schouderkop hangt. Als de arm omhoog getild wordt, kunnen de structuren die onder het schouderdak door lopen, inklemmen tussen het schouderdak en de schouderkop. Dit veroorzaakt pijn en beperkt de bewegingsmogelijkheid van de arm.



Impingement komt zowel bij jonge als bij oudere mensen voor. De pijn ontstaat na een klein trauma of spontaan zonder duidelijke oorzaak. Mensen met een bolle bovenrug of een slechte houding hebben een hoger risico doordat het schouderblad niet volledig mee kan draaien bij het hoog optillen van de arm. Het schouderdak blijft daardoor teveel boven de schouderkop staan, waardoor de slijmbeurs en pezen eronder kunnen inklemmen. Soms is er een puntige vervorming aan de voorzijde van het schouderdak die op de structuren eronder drukt bij het hoog optillen van de arm. Een dergelijke vervorming is aangeboren of kan ontstaan door slijtage of irritatie van het schouderdak.

Klachten

De pijn kan uitstralen van de voorkant van de schouder naar de bovenarm. Bij tillen, naar voren of naar boven reiken en plotselinge bewegingen kunnen de pijnklachten verergeren. Naarmate de klachten toenemen, kan er een gevoel van krachtsverlies of stijfheid zijn. Daardoor is het moeilijker om bepaalde handelingen uit te voeren zoals het aantrekken van een jas of iets pakken uit de achterzak.

Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum
Maatweg 3
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn
Molenweg 2
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld
(Medisch Centrum de Burgt)
Nederwoudseweg 17
3772 TD Barneveld

Locatie Leusden
(Medisch Centrum de Mulderij)
De Mulderij 2
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk
(De Nije Veste)
Oranjelaan 104
3862 CX Nijkerk

Postadres:

Postbus 1502
3800 BM Amersfoort

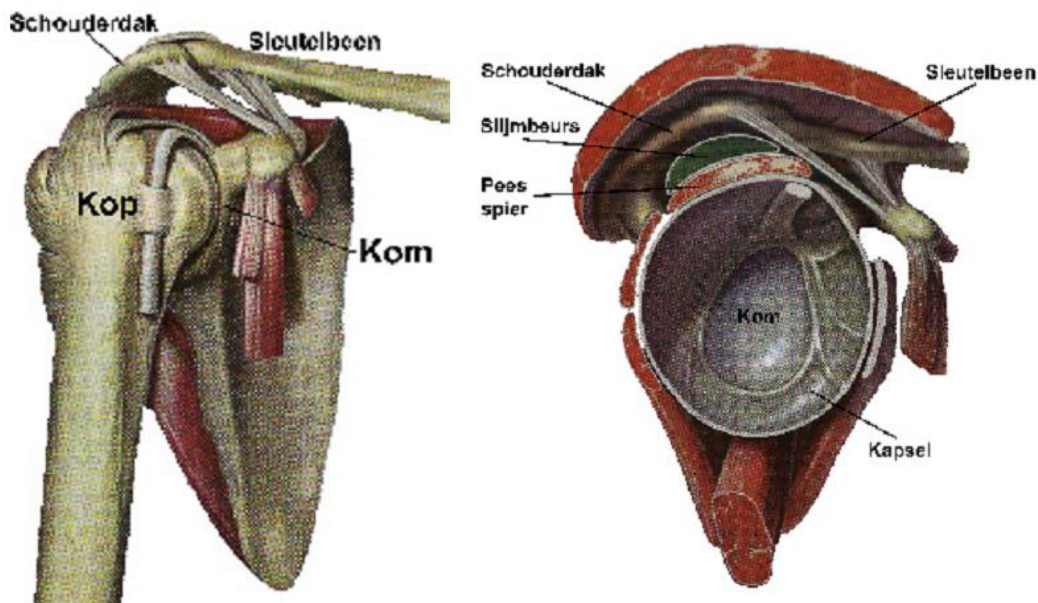
Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50
Afspraken: 033 – 850 60 70

KvK Gooi en Eemland:

32082917

www.meandermc.nl



Behandeling van impingement

Indien nodig krijgt u een injectie in de slijmbeurs met een snelwerkende pijnstiller (Bupivacaine) en een ontstekingsremmer (Kenacort-A40). De ontstekingsremmer vermindert de irritatie van de slijmbeurs en werkt op langere termijn. Er bestaat een mogelijkheid dat de pijn na de injectie met de ontstekingsremmer en de pijnstiller eerst toeneemt. Na 3 à 4 dagen moet de pijn langzaam minder worden. U hoeft zich hier geen zorgen over te maken.

Met fysiotherapie of manuele therapie kunt u uw bovenrug en de spieren rondom de schouderbladen trainen. Wanneer de rug rechter is, verbetert de draaiing van het schouderblad, waardoor er meer ruimte ontstaat tussen het schouderdak en de schouderkop. Hierdoor hebben de structuren die eronder lopen meer ruimte en kan het inklemmen voorkomen worden.

Indien de klachten met deze behandeling toch aanhouden, bekijkt de specialist of er operatieve mogelijkheden zijn.

Meer informatie

Meer informatie kunt u vinden op internet: www.zorgvoorbeweging.nl.

Contact

Telefoon

U kunt het ziekenhuis bereiken via het algemene telefoonnummer: 033 - 850 50 50. U krijgt dan een telefonist(e) aan de lijn. Vraag u naar de betreffende afdeling of zorgverlener. De telefonist(e) verbindt u door.

Website

Op www.meandermc.nl vindt u informatie over het ziekenhuis, behandelingen, onderzoeken en opname. Ook kunt u hier alle patiëntenfolders bekijken.

Heeft u nog vragen?

Heeft u vragen stelt u deze dan aan de specialist. Het is verstandig uw vragen van tevoren op te schrijven. Dan weet u zeker dat u niets vergeet.

1. _____ ?
2. _____ ?
3. _____ ?
4. _____ ?
5. _____ ?
6. _____ ?

Wij wensen u een voorspoedig herstel toe.

Medewerkers afdeling Orthopedie
Meander Medisch Centrum

mrt_2016