

# Minimaal knikje pols (Torus)

Samenvatting	2
De behandeling	2
Instructies	3
Herstel	4
Oefeningen	4
Vragen?	5

Uw kind heeft een kleine breuk in de ellepijp of het spaakbeen ter hoogte van de pols (torus fractuur). Het is een knikje in het bot. We behandelen het met een brace en een sling. Dit is een soort mitella.

## Samenvatting

- Uw kind heeft een kleine breuk (knikje) in de ellepijp of het spaakbeen ter hoogte van de pols.
- Deze breuk herstelt doorgaans zonder restklachten.
- We maken geen standaard poliklinische controle afspraak, dit is over het algemeen niet nodig.
- De sling kan verwijderd worden zodra de pijn dit toelaat. De brace mag na 1 week verwijderd worden. Indien uw kind dan nog teveel pijn heeft kan het gebruik van de brace in de tweede week afgebouwd worden.
- Om stijfheid van de pols te voorkomen is het belangrijk dat uw kind na 1-2 weken begint met bewegen.
- Een instructievideo voor het opnieuw aanbrengen van de brace kunt u vinden in de app.
- Als er tijdens het herstel vragen of problemen zijn, kunt u op werkdagen van 08:00 - 16:00 uur contact opnemen via de Breuklijn: **0512 - 588 208**.

## De behandeling

Deze torus fractuur van de pols of onderarm komt vaak voor bij kinderen. We behandelen deze breuk met een afneembare brace en een sling. Dit is een soort mitella.

**0-1 week**

- Sling verwijderen zodra de pijn het toelaat.
- Brace nog blijven dragen.

**1-2 weken**

- Brace verwijderen zodra de pijn het toelaat.

**3-4 weken**

- Vrij bewegen van de pols

**Na 4 weken**

- Uw kind kan weer sporten en gymmen

3

## Instructies

Volg de volgende instructies voor een goede genezing:

- De brace en sling houden de arm in een prettige positie.
- Uw kind mag de sling afdoen zodra de pijn dat toelaat. De brace mag na 1 week verwijderd worden. Heeft uw kind na 1 week nog te veel pijn? Dan mag uw kind het gebruik van de brace in de tweede week langzaam afbouwen. Daarna moet de brace afblijven.
- De breuk zit dicht bij de pols. Daarom is het belangrijk dat uw kind na 1 tot 2 weken begint met bewegen. Dat voorkomt stijfheid van de pols en het bevordert de genezing en het herstel.
- Na 3 weken mag uw kind voorzichtig weer activiteiten uitvoeren.

Dit is op geleide van pijnklachten, dus alleen als hij de pijn kan verdragen. Als het niet lukt, kan uw kind beter nog even wachten.

- Tijdens het douchen mag de brace even worden verwijderd. Let er op dat de arm helemaal droog is voor u de brace weer omdoet. Instructies over het opnieuw aanbrengen van de brace kunt u vinden in de app.
- Heeft uw kind pijn? Gebruik dan paracetamol. Wacht niet met paracetamol geven totdat uw kind te veel pijn heeft. Neem het altijd verspreid over de dag in.

## Herstel

Een controle op de polikliniek is in principe niet nodig. Meestal geneest de breuk binnen enkele weken volledig.

Blijft uw kind pijn houden of blijft de pols minder goed functioneren?

Neem dan contact op met de Breuklijn. Als een controle dan toch nodig is, maken we een afspraak.

## Brace opnieuw omdoen

Als u de brace heeft afgehaald, bijvoorbeeld om te douchen, ziet u in onderstaand filmpje hoe u deze weer om moet doen.

## Oefeningen

Het is belangrijk dat uw kind de pols beweegt zodra de pijn dit toelaat. Met het normaal bewegen van de pols, oefent uw kind de pols ook. Specifieke oefeningen zijn niet nodig.

## Vragen?

### **U kunt ons gewoon bellen**

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan contact op of kijk op [www.nijsmellinghe.nl](http://www.nijsmellinghe.nl).

### **Contact**

Breuklijn: 0512 - 588 208

Bereikbaar op: werkdagen van 08:00 - 16:00 uur.