

Malletvinger (hamervinger)

De pees aan de top van uw vinger is beschadigd, waardoor u uw vinger niet meer kunt strekken. Dit heet een malletvinger. Dit herstelt doorgaans zonder restklachten. We maken geen standaard poliklinische controle afspraak, deze is over het algemeen niet nodig. In deze folder leest u over de behandeling en instructies voor de nazorg.

De behandeling

Een malletvinger komt vaak voor. Een operatie is meestal niet nodig.

Een malletvinger kan wel of geen breuk hebben. De zorgverlener op de afdeling Spoedeisende Hulp vertelt u of er sprake is van een breuk of van een scheur in de pees. U krijgt binnen 1 week een afspraak bij de handfysiotherapie voor een aangepaste spalk.

De malletvinger kan met of zonder breuk voorkomen. Let op dat u het behandelingschema passend bij uw letsel volgt.

Behandeling bij een breuk

0-6 weken

- Continu dragen spalk.
- Aanmeten aangepaste spalk door handtherapeut.
- Uw handtherapeut geeft u oefeningen mee voor het soepel houden van het andere kootje van de vinger.

6-8 weken

- Uitbreiden oefeningen na advies van uw handtherapeut.
- Spalk dragen in de nacht en bij risicomomenten.

Behandeling zonder breuk

0-8 weken

- Continu dragen spalk.
- Aanmeten aangepaste spalk door handtherapeut.
- Uw handtherapeut geeft u oefeningen mee voor het soepel houden van het andere kootje van de vinger.

8-10 weken

- Uitbreiden oefeningen na advies van uw handtherapeut
- Spalk dragen in de nacht en bij risicomomenten

Instructies

Voor een goede genezing zijn de volgende instructies belangrijk:

- **U moet de spalk continu (24 uur per dag) dragen, non-stop.**
- Als u de spalk toch afdoet en de vinger buigt, moet de genezing weer opnieuw beginnen. U begint dan weer van voren af aan met het tellen van de weken. De kans op volledige genezing is dan kleiner!
- Heeft u een afgescheurde pees? Dan moet u de spalk 8 weken dragen.
- Heeft u een breuk? Dan moet u de spalk 6 weken dragen.
- Hierna moet u de spalk nog twee weken in de nacht dragen. Op advies van de handtherapeut moet u de spalk soms langer dragen.
- Draag de spalk ook overdag bij activiteiten waarbij de vinger het risico loopt om geblesseerd te raken.
- De vinger en de spalk mogen niet nat worden. Dit is om irritatie en verweking van de huid te voorkomen.
- Bij pijnklachten kunt u paracetamol gebruiken. Neem paracetamol verspreid over de dag in. U mag maximaal vier maal daags twee tabletten van 500mg innemen op vaste tijden.

Herstel

- De handtherapeut beoordeelt wanneer u kunt beginnen met oefenen. Hij of zij geeft u instructies over het oefenen van de vinger en het gebruik in het dagelijks leven. Let hierbij op dat u de oefeningen langzaam opbouwt en geen plotselinge knijpbewegingen maakt. Als u dit wel doet, kan de pees opnieuw beschadigen.
- In principe is de vinger na 3 maanden weer volledig belastbaar.

Oefeningen

Het is belangrijk dat u **GEEN** oefeningen doet met de vinger voordat u bij de handtherapeut bent geweest. Als u mag beginnen met oefeningen, zal de handtherapeut u specifieke oefeningen geven.

Spalk niet vervangen

U mag de spalk tussentijds absoluut niet zelf verwijderen. Neem bij een te ruime spalk of om hygiënische redenen contact op met de breuklijn.

Virtual Fracture Care app

Deze app is bedoeld voor patiënten die in ZGT zijn behandeld voor een letsel op de spoedeisende hulp of de gipskamer. In deze app kunt u alle informatie vinden over uw letsel, de behandeling, filmpjes en oefeningen. Ook kunt u relevante contactgegevens vinden voor als u vragen heeft. Open de camera op uw telefoon en richt hem op de QR-code. U wordt automatisch naar de app verwezen. Selecteer ZGT als uw ziekenhuis.



Vragen

Als er tijdens het herstel vragen of problemen zijn, kunt u op maandag t/m vrijdag 08.00 - 16.30 uur contact opnemen met ZGT via de Breuklijn: 088 708 52 33.

Check uw dossier op MijnZGT

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: zgt.nl/mijnzgt.