

Gebroken sleutelbeen of bovenarm bij baby

Tijdens de geboorte heeft uw baby zijn/haar sleutelbeen of bovenarm gebroken. Om dit te laten herstellen geven we u een aantal adviezen. Hoe kunt u het beste voor uw baby zorgen? Hoe kunt u het beste uw baby tillen of dragen? Dat en meer leest u in deze folder.

Sleutelbeen- of bovenarmbreuk na geboorte

Bij de geboorte kan door de kracht en druk een bot breken. De baby kan hierdoor pijn hebben en laat dit merken door bijvoorbeeld te gaan huilen. Bij een breuk van de bovenarm kan de arm ook dikker zijn. Bij pijn zal de baby het armpje minder gebruiken. Vaak draait de baby het hoofd naar de gezonde kant.

Een breuk van het sleutelbeen wordt ook wel claviculafractuur genoemd. Een breuk van de bovenarm wordt een humerusfractuur genoemd.

De behandeling

- Voor de genezing van de breuk is geen speciale behandeling of gips nodig. Na gemiddeld 2 weken is de breuk spontaan genezen.
- Meestal wordt de arm tegen het bovenlichaam vastgelegd (gefixeerd). Dit is vooral bedoeld om de arm minder te laten bewegen en daardoor pijn te verminderen. Bij een bovenarmbreuk wordt soms een spalk aangebracht. Als dit onvoldoende helpt kan paracetamol gegeven worden als extra pijnstilling.
- Na een week ontstaat er een harde zwelling (callus) ter hoogte van de breuk. Dit geeft aan dat de botdelen vanzelf weer aan elkaar groeien. Op de plaats van de breuk kan nog enkele weken een harde bobbel te voelen zijn. Deze verdwijnt vanzelf.
- Het is belangrijk dat u de arm de eerste 2 weken voldoende rust geeft. Houd bij de verzorging rekening met de breuk.

Algemene adviezen

- Wees voorzichtig bij het vasthouden en verzorgen van uw baby. Als de arm pijn doet bij rekken of bewegen, laat uw baby het merken. Dit is te zien aan de gezichtsuitdrukking van uw baby. Uw baby past uit zichzelf zijn bewegingen aan om zo weinig mogelijk pijn te voelen.
- Het is goed om de pijnlijke arm en hand extra aan te raken en zachtjes te masseren.
- Draai het hoofd regelmatig naar de pijnlijke kant, totdat uw baby dit uit zichzelf doet. Dit voorkomt het ontstaan van een voorkeurshouding met een scheef hoofdje.

- Laat de eerste 2 weken de arm niet naar achteren afhangen en til de arm niet hoger dan schouderhoogte (90 graden).
- Trek de eerste weken uw baby niet aan de arm omhoog.
- De baby mag in alle houdingen liggen, maar de aangedane arm moet wel bij het lichaam gehouden worden.

Let op
zijligging en buikligging mag alleen onder toezicht en als de baby wakker is.

De juiste positie van arm en hand

- Het is goed om houdingen (rug-, buik- zijligging) af te wisselen.
- Vermijd bewegingen of houdingen waarbij uw baby pijn lijkt te hebben.

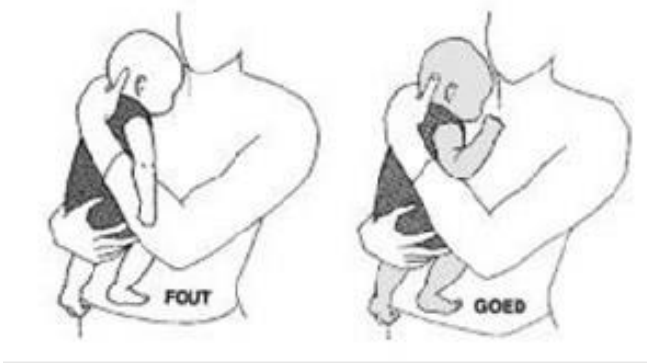
Optillen



- Zolang uw baby zijn arm nog niet goed kan bewegen, is het goed om de arm te ondersteunen bij het verzorgen en vasthouden, zodat het niet naar beneden valt.
- Til uw baby op met een hand onder de billen, plaats de andere hand rond de schouders en het hoofd.
- Bij het optillen kan het prettig zijn uw baby een beetje naar de gezonde zijde te draaien, zodat de aangedane arm voor het lichaam op de buik blijft liggen en u de hand kunt vasthouden. U kunt ter bescherming de mouw met een veiligheidsspeld aan het truitje vast maken.
- Til uw baby niet onder de oksels op.

Dragen

- U kunt uw baby het beste dragen met de aangedane arm tegen u aan. Zo houdt u met uw lichaam de arm op zijn plaats. Bij het dragen met de gezonde zijde tegen u aan ondersteunt u de pijnlijke arm.
- Wanneer u uw baby rechtop tegen de schouder houdt, bijvoorbeeld voor een boertje, ondersteunt u met een hand de billen en met de andere hand ondersteunt u de aangedane arm/pijnlijke arm met gebogen elleboog.



Aan- en uitkleden

- Doe bij het aankleden de aangedane arm het eerste in de mouw.
- Doe bij het uitkleden de aangedane arm het laatste uit de mouw.
- Gebruik bij voorkeur hemdjес en truitjes met een ruime hals, overslaghemdjес, of kleertjes die helemaal opengemaakt kunnen worden. U vermijdt dan trekken aan de arm.

Voeding

- We raden u aan om bij de borstvoeding uw baby op een kussen te leggen. Zo ligt uw kind op een goede hoogte en hoeft het nauwelijks op de zij te draaien. Als het draaien op de aangedane zijde pijnlijk is, laat u uw kind op de gezonde zijde liggen. U verplaatst dan het kussen van de ene naar de andere borst.
- Let er op dat de armpjes bij het voeden op de buik of de borst van het kind liggen.
- Bij flesvoeding zorgt u dat beide armen gebogen op de buik liggen.

Baden

- Houd bij het in bad doen uw baby vast met de gezonde zijde naar uw toe.
- Laat het hoofdje op uw pols rusten en ondersteun met uw vingers de bovenarm van de aangedane arm. Let er op dat de arm niet teveel naar beneden zakt.
- Met uw andere hand ondersteunt u de billen, of laat de billen op de bodem leunen om te kunnen wassen. U kunt eventueel een antislipmatje op de bodem leggen, zodat u een arm vrij heeft om te wassen.

Na de eerste 2 weken

- Na de eerste twee weken mag u de arm hoger optillen, net zo hoog tot de arm even ver als de andere arm gaat. Uw baby geeft aan als dit pijn doet.
- Stimuleer uw baby om het hoofd naar de kant van de breuk te draaien, ook tijdens het slapen, om een voorkeurshouding te voorkomen.
- Help uw baby beide handen bij elkaar te brengen om de handjes te ontdekken.

Bron: Diakonessenhuis.

Vragen?

U kunt ons gewoon bellen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan contact op of kijk op www.olvg.nl Heeft u vragen over de vergoeding of betaling? Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of kijk op www.olvg.nl/zorgnota

Meer informatie online

- www.olvg.nl/fysiotherapie

Contact

Fysiotherapie, locatie Oost

T 020 599 30 13 (ma t/m vrij 8.15 – 16.15 uur)

E fysiotherapie@olvg.nl

Oost
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam

West
Jan Tooropstraat 164
1061 AE Amsterdam

Spuistraat
Spuistraat 239 A
1012 VP Amsterdam

Onze Algemene Voorwaarden zijn van toepassing: www.olvg.nl/algemene-behandelvoorwaarden

Klacht of opmerking: www.olvg.nl/klacht

Redactie en uitgave: Marketing en Communicatie, 11 juli 2019, foldernr.1064