



Triggervinger of hokkende vinger



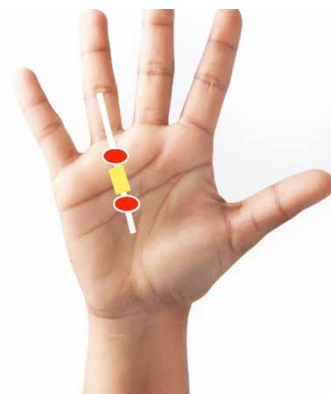


Triggervinger of hokkende vinger

Een triggervinger is een vinger die bij buigen ineens op slot kan schieten. Je hoort een klikje en moet dan soms je andere hand gebruiken om de vinger weer recht te trekken. Vaak is dit erg pijnlijk. Op zo'n moment kun je bijvoorbeeld iets uit je handen laten vallen.

Diagnose en onderzoek

Een triggervinger krijg je als de buigpees (zie afbeelding 2) van je vinger gezwollen is, waardoor de pees niet meer goed door de tunnel kan glijden. Elke vinger heeft een aantal tunnels (pulleys) die de pees tegen het bot aan drukken als de vinger buigt. Die pulleys zijn te vergelijken met de oogjes om een vishengel. De visdraad loopt door die oogjes heen en blijft hierdoor op zijn plek. Zo blijft ook je pees op zijn plek, omdat hij door de pulleys loopt.



Afbeelding 2: buigpees (wit), pulley (geel) en zwelling van de pees (rood)

Oorzaken

De zwelling van de pees kan verschillende oorzaken hebben, zoals:

- overbelasting
- een hormonale oorzaak zoals de overgang
- suikerziekte
- zwangerschap
- een cyste op de pees

Behandeling

Behandelingen van de triggervinger zijn erop gericht dat de zwelling afneemt, waardoor de pees weer goed door de tunnels (pulleys) kan glijden.

Spalktherapie

's Nachts slaap je vaak met de vingers in een vuist. De buigpezen kunnen dan niet goed tot rust komen. Een nachtspalk of ringenspalk kan dit tegengaan. Het effect van spalktherapie is vaak na 6-8 weken merkbaar.

Injectie met steroïden

Zeker als je nog maar kort last hebt van een triggervinger, kan een injectie met steroïden helpen. Ongeveer 70-80% van de mensen heeft baat bij een injectie. Wel heb je kans dat de klacht na enige tijd terugkomt.

Operatie: pisiformectomie

Als een spalk of injectie niet helpt, of als je zo snel mogelijk van de klacht af wil komen, dan is een operatie mogelijk. Meestal is de operatie onder plaatselijke verdoving. We openen de vernauwde A1-pulley en we verwijderen (indien van toepassing) de zwelling van de pees. Daarna sluiten we de wond en je krijgt voor 24 uur een drukverband om de hand wat rust te geven.



Afbeelding 3: mogelijke littekens na operatie triggervinger en de hand in drukverband

Revalidatie

Na operatie polsganglion

Na een dag mag het verband eraf en moet je de vinger elk uur buigen, zodat de pees door het littekengebied kan glijden. Hiermee verklein je de kans op verklevingen. Ook mag je de hand dan al normaal gebruiken, maar de wond mag niet week worden. Je kunt bijvoorbeeld niet afwassen of in bad gaan.

Oefenen

Na 8-10 dagen kom je terug bij de handtherapeut. De hechtingen worden verwijderd en je krijgt oefeningen van de handtherapeut. Daarnaast is soms een aantal fysiobehandelingen nodig, waardoor je de vinger weer goed kan buigen en strekken en het litteken soepel wordt.

Resultaat

Doel is dat je de vinger na oefentherapie weer normaal kunt gebruiken. Hoewel het litteken klein is, heeft het enige tijd nodig om te herstellen. De eerste drie maanden is het litteken wat rood/paarsig en verdikt. Door massage en goede huidverzorging rondom het litteken kun je dit verbeteren. Na een jaar is het litteken maximaal geheeld en vervaagd.

Eventuele complicaties

De kans op complicaties bij deze ingreep is klein. Zoals bij elke ingreep is er een kans op wondinfectie, nabloeding of op het openspringen van de wond. Daarnaast moet je rekening houden met de littekenvorming die bij iedereen anders kan verlopen.

Heel soms kan de triggervinger terugkomen. Ook is er een heel kleine kans op beschadiging van de gevoelszenuw van de geopereerde vinger.

Bij elke ingreep aan hand en pols is er een kleine kans op het ontwikkelen van dystrofie.

Contact

HandsOnCare - Bosch en Duin

Kliniek en polikliniek

Biltseweg 14, 3735 ME Bosch en Duin



HandsOnCare - Lelystad

Polikliniek

Reaalfhof 1a, 8232 VW Lelystad



HandsOnCare - Rozendaal

Kliniek en polikliniek

Rosendaalselaan 30, 6891 DG Rozendaal



Hoogwaardige Behandelingen

Dankzij innovatieve behandelmethodes en een speciaal ontwikkeld zorgpad zijn zowel de hand- en polsoperaties in dagbehandeling mogelijk bij een HandsOnCare kliniek.

Onze focus ligt op een veilige en hoogwaardige behandeling met zo min mogelijk belasting voor de patiënt. Persoonlijke service en heldere informatie staan voorop.

Maak een afspraak

Wil je meer informatie of een afspraak met onze hand- en polsexperts?

Bel, mail of vul het contactformulier in op de website.

T. 088 - 89 10 030

E. info@handsoncare.nl

W. www.handsoncare.nl