

Waarom deze behandeling/ingreep?

Peesontstekingen komen het meest voor aan de buitenzijde van de elleboog en zijn beter bekend als **tenniselleboog**.

Peesontstekingen aan de binnenzijde van de elleboog zijn beter bekend als **golferselleboog** doch zijn veel zeldzamer.

De exacte oorzaak van de aandoening is eigenlijk niet zo goed gekend. Onderzoek heeft aangetoond dat de peescellen aan hun aanhechting aan het bot bindweefsel van een minder goede kwaliteit gaan aanmaken en uiteindelijk afsterven waardoor kleine scheurtjes in de peesaanhechting ontstaan. Peesoverbelasting speelt evenwel een belangrijke rol. Een enkele keer ontstaan de klachten na het innemen van antibiotica (o.a. voor blaasontstekingen).

Doorgaans beginnen de pijnklachten sluimerend waar de pees op het bot vasthecht. Activiteiten zoals wringen of het opheffen van een zwaar voorwerp worden als pijnlijk ervaren.

De diagnose wordt meestal gesteld door het uitvoeren van een echografie van de pees aan de elleboog. Soms wordt ook een NMR onderzoek uitgevoerd.



Vorbereiding

In geval van een operatieve ingreep:

- Dient u nuchter te zijn, dit wil zeggen niet eten of drinken gedurende 6 uur voorafgaand aan de heerkundige ingreep.
- Roken is ook niet toegestaan.
- Preoperatieve onderzoeken (indien nodig) worden vooraf door de huisarts of in het ziekenhuis uitgevoerd.
- Het is belangrijk dat u bepaalde individuele informatie zoals diabetes, allergieën, het gebruik van bloedverdunnende medicatie, e.a., op voorhand meldt aan uw behandelend arts, maar zeker ook aan de verpleegkundige bij opname in de dagklinik.
- Was de dag van de ingreep de operatiestreek grondig.
- Draag losse, gemakkelijke kledij die u na de ingreep over het verband kunt trekken.

Behandeling/ingreep

Bij de behandeling wordt in de eerste plaats getracht de pijnklachten onder controle te brengen door stretchoefeningen, braces, pijnstillers, het aanbrengen van ijs en eventueel het toedienen van een infiltratie met cortisone of alternatieven.

Indien de klachten van de peesontsteking niet het gewenste effect hebben na een behandeling van ongeveer zes maanden wordt een heerkundige ingreep voorgesteld. Bij een dergelijke ingreep wordt het zieke weefsel in de peesaanhechting weggenomen langs een kleine insnede aan de elleboog of door een kijkoperatie. Beide kunnen in de dagklinik worden uitgevoerd en hebben een vergelijkbaar resultaat.

De soort verdoving die bij u gehanteerd wordt, wordt in overleg met chirurg/anesthesist besproken. Meestal gebeurt deze ingreep onder volledige verdoving.

Risico's en mogelijke alternatieven

Bij iedere ingreep bestaat er een kans op complicaties. Zo zijn er ook bij deze ingreep de normale risico's op complicaties bij een operatie, zoals nabloedingen, zwelling, trombose en infecties.

Nazorg

- Aanpassing van de activiteiten en rust.
- Eens de grootste pijnklachten overwonnen zijn wordt getart met een oefenprogramma onder begeleiding van een kinesist. Hierbij wordt de nadruk gelegd op stretching van de pees en op verbeteren van de kracht ("eccentrische oefeningen"). In dit stadium wordt soms ook een tenniselleboogverband voorgeschreven.



Stretching oefeningen bij tenniselleboog



Tenniselleboog verband

- Indien er een heelkundige ingreep is gebeurd, wordt de elleboog na de ingreep in een draagverband geplaatst en na het verwijderen van de hechtingen twee weken later wordt gestart met oefentherapie. De werkongeschiktheid bedraagt ongeveer 2 tot 4 maanden.
- Indien de ingreep onder narcose werd uitgevoerd mag u de eerste 24 u niet alleen zijn, geen voertuig/wagen besturen en moet u onder begeleiding van een volwassene naar huis gaan.

Contactgegevens Dienst Orthopedie

Campus Aalst

Moorselbaan 164 - 9300 Aalst

Tel: 053 72 43 75

Fax: 053 72 46 46

Orthopedie.Aalst@olvz-aalst.be

Campus Asse

Bloklaan 5 - 1730 Asse

Tel: 02 300 63 30

Orthopedie.Asse@olvz-aalst.be

Campus Ninove

Biezenstraat 2 - 9400 Ninove

Tel: 054 31 20 60

Fax: 054 31 20 59

Orthopedie.Ninove@olvz-aalst.be

Disclaimer

De informatie in deze brochure is van algemene aard en is bedoeld om u een globaal beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In iedere situatie, en dus ook de uwe, kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze brochure vervangt dus niet de informatie die u van uw behandelend arts reeds kreeg en die rekening houdt met uw specifieke toestand. Zijn er na het lezen van deze brochure nog vragen schrijf deze eventueel op en bespreek ze in ieder geval met uw behandelend arts.