

Aandoening

# Schouder uit de kom (schouderluxatie)

Als uw schouder 'uit de kom gaat' betekent dit dat uw bovenarm niet meer op zijn plaats zit in de schouderkom.

De bovenarm kan gedeeltelijk uit de kom schieten (subluxatie) of helemaal (totale luxatie). In beide gevallen voelt u veel pijn en kunt u de schouder niet, of slechts beperkt, gebruiken. In de meeste gevallen schiet de kop van de bovenarm aan de voorkant uit de kom. Soms is de luxatie naar achteren, of – heel zeldzaam – naar boven of onder. Misschien gaat uw schouder vaker uit de kom. Dat heet een recidiverende schouderluxatie.

Wanneer de schouder uit de kom is geweest, is de kans dat dit vaker zal gebeuren aanzienlijk vergroot. Dit is met name bij jonge mensen het geval. Bij oudere mensen ontstaat soms een stijvere schouder, die juist minder makkelijk uit de kom schiet.

Wanneer de schouder vaker uit de kom schiet, is dit niet alleen erg onprettig en lastig, maar het is ook slecht voor de schouder. Het kraakbeen kan dan beschadigen. En er kunnen zelfs echte deuken in de schouderkop komen, waardoor deze steeds gemakkelijker uit de kom kan schieten. Wanneer dit gebeurt kan een operatie nodig zijn.

## Onderzoeken

De arts luistert naar uw klachten en doet een lichamelijk onderzoek. Vaak weet de arts dan al dat de schouder uit de kom is.

We maken in twee richtingen een röntgenfoto. Ook bekijken we of er geen bijkomende schade is ontstaan aan bijvoorbeeld het kraakbeen, het bot of de zenuwen.

## Behandelingen

Als de schouder 'naar voren' uit de kom is gegaan, wordt de kop weer in de kom gezet. Dit heet een 'repositie'. Er zijn verschillende methoden om deze repositie uit te voeren. Als de arm terug in de kom is, vermindert de pijn meteen.

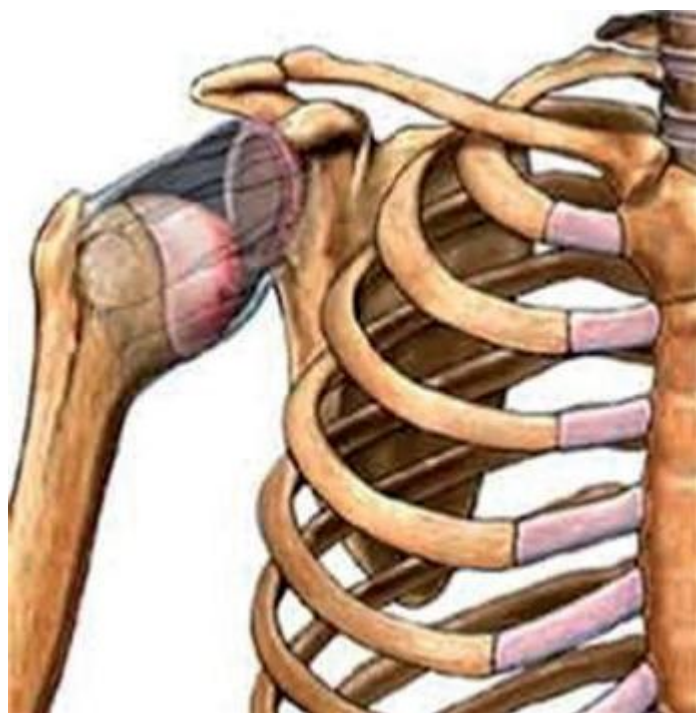
Na de repositie maken we een röntgenfoto ter controle. U mag de arm na de repositie enige tijd niet bewegen. Daarom krijgt u een 'schouder immobilisatie sling'. Dit is een sling die uw arm ondersteunt en die ervoor zorgt dat uw arm tegen uw lichaam aan blijft. Na een week krijgt u een andere sling waarbij u uw arm er makkelijker in- en uit kunt halen. U kunt dan gedoseerd gaan oefenen.

Soms is een operatie nodig. Dit is afhankelijk van uw situatie, hoe de schouder precies uit de kom is gegaan en het aantal keren dat dit eerder is gebeurd. Bij een operatie zet de orthopedisch chirurg de ring van de schouder opnieuw vast.

## Leefregels na een repositie van de schouder

Wanneer de bovenarm uit de kom is, plaatst de arts de bovenarm terug in de kom. Dit noemen we reponeren.

Nadat de schouder is gereponeerd, mag u de arm een tijdje niet meer bewegen. Dit is lastig en om u te helpen hebben we een aantal leefregels en adviezen die u kunnen helpen in het dagelijks leven.



Schouderluxatie is het 'uit de kom gaan' van de bovenarm. Dat betekent dat het bovenarmdeel van het schoudergewricht niet meer op zijn plaats zit in de schouderkom. In de meeste gevallen schiet de kop van de bovenarm aan de voorkant uit de kom. Soms is de luxatie naar achteren, of – heel zeldzaam – naar boven of onder.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/leefregels-na-een-repositie-van-de-schouder>

## Operatie bij een terugkerende schouder uit de kom

Wanneer uw schouder vaker uit de kom schiet, kan een operatie nodig zijn om de schouder stabiel te maken.

Hierbij opereert de orthopedisch chirurg meestal via een kijkoperatie (arthroscopie).

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/operatie-bij-een-terugkerende-schouder-uit-de-kom>

## Poliklinieken en afdelingen

### Orthopedie

Het team van professionals van het specialisme Orthopedie behandelt mensen met problemen aan gewrichten, botten, spieren en pezen.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/orthopedie>

### Spoedeisende Hulp (SEH)

De afdeling Spoedeisende Hulp wordt vooral bezocht door mensen die net een ongeval hebben gehad of acuut ziek zijn geworden.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/spoedeisende-hulp-seh>

## Schouderpreekuur

Het schouderpreekuur is bedoeld voor patiënten met complexe schouderproblemen.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/schouderpreekuur>

Code AHU-031a