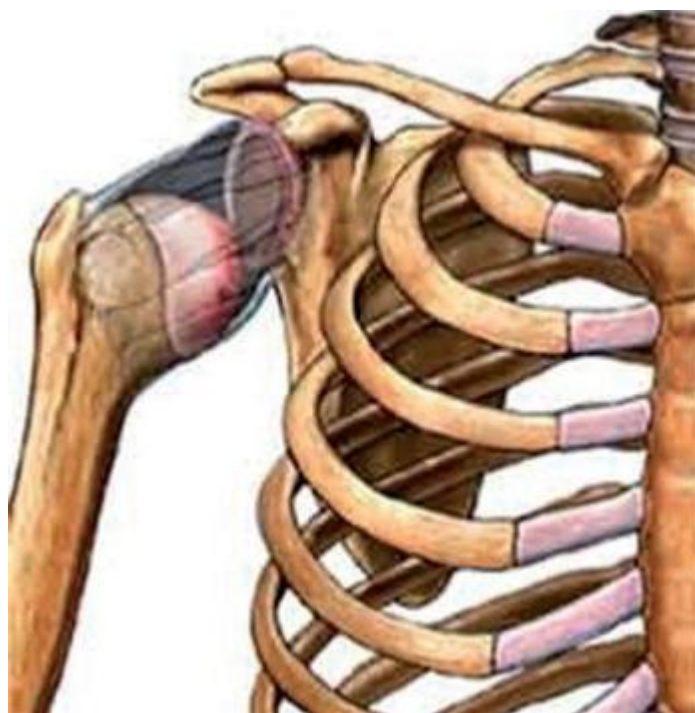


Behandeling

# 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.

## Hoe verloopt de behandeling?

### De behandeling op de Spoedeisende Hulp

De arts plaatst de bovenarm terug in de kom (reponeren). U krijgt hiervoor goede pijnstillers en soms wordt de patiënt in een lichte slaap gebracht. Als de arm terug in de kom is, vermindert de pijn meteen.

Om te voorkomen dat de schouder opnieuw uit de kom schiet, mag u de schouder na het reponeren niet meer bewegen. Om u daarbij te helpen krijgt u van ons een 'schouder immobilisatie sling'. Deze sling ondersteunt uw arm en zorgt ervoor dat uw arm tegen uw lichaam aan blijft. Na een week krijgt u een sling (een zachte smalle band). U kunt hier uw arm gemakkelijk in- en uit halen, zodat u gedoseerd kunt gaan oefenen.

## Leefregels

- Als u een lichte slaap heeft gehad mag u de eerste 24 uur na het onderzoek niet zelfstandig aan het verkeer deelnemen. U mag ook niet alleen naar huis gaan. Zorg er daarom voor dat iemand u thuis brengt. U kunt deze dag beter geen belangrijke beslissingen nemen en/of alcohol nuttigen.
- De schouder immobilisatie sling moet u 24 uur per dag om houden tot de controleafspraak in het ziekenhuis.
- De eerste week mag u de arm niet bewegen. Het is vooral belangrijk dat u de arm niet van het lichaam af beweegt.
- Tijdens de dagelijkse verzorging zal u hulp moeten vragen. U kan de schouder immobilisatie sling tijdelijk afdoen maar dan moet uw arm in gebogen stand tegen uw lichaam aan blijven.
- Het kan zijn dat u de komende dagen nog pijnklachten aan de schouder heeft. Zo nodig kunt u tegen de pijn paracetamol innemen.

## Controle

U krijgt de vervolgafspraak per post aan u thuis toegestuurd.

## Vragen

### Heeft u nog vragen?

Neem dan contact op met de afdeling Spoedeisende Hulp, telefoonnummer (073) 553 27 00.

## Betrokken afdelingen

Orthopedie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/orthopedie>)

Spoedeisende Hulp (SEH) (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/spoedeisende-hulp-seh>)

Schouderspreekuur (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/schouderspreekuur>)

Code AHU-031