

Sleutelbeenbreuk

Het sleutelbeen is een van de botten in ons lichaam die het gemakkelijkst breekt. Een sleutelbeenbreuk geneest meestal goed vanzelf. Ingewikkelde breuken moeten soms operatief hersteld worden met inwendige hulpmiddelen die het bot fixeren.

Waar zit het?

- We hebben twee sleutelbeentjes: een aan weerszijden van de hals. Elk sleutelbeen is een lang dun bot, waarvan het grootste deel alleen door huid bedekt is. Daardoor zijn de sleutelbeenderen goed zichtbaar en gemakkelijk te voelen.. De meeste andere botten van ons lichaam zijn bedekt door spierlagen.
- Aan beide uiteinden van het sleutelbeen zit een gewricht. Daarmee maakt het een beweeglijke verbinding met het borstbeen aan het ene uiteinde en het puntje van het schouderblad aan het andere uiteinde.
- Artsen gebruiken ook de term claviculafractuur voor een sleutelbeenbreuk. Fractuur betekent breuk, clavicula is Latijn voor 'sleuteltje'. Die naam heeft het sleutelbeen gekregen omdat het rond zijn as kan draaien zoals een sleutel in een slot.
- Ons sleutelbeen speelt een belangrijke rol in de vrije beweging van onze armen. Het beschermt ook belangrijke bloedvaten en zenuwen naar de arm, die vlak onder het sleutelbeen doorlopen

Wat gebeurt er?

- De sleutelbeenbreuk is een van de meest voorkomende botbreuken, vooral bij kinderen en jonge volwassenen. Het bot van je sleutelbeen wordt namelijk pas na je twintigste helemaal hard. Ook oudere mensen lopen meer risico, omdat hun botten met de leeftijd minder stevig worden.
- Elke harde val of slag op de schouder kan het sleutelbeen doen breken. Wielrenners, ruiters en beoefenaars van contactsporten lopen daardoor meer risico. De breuk kan ook het gevolg zijn van een verkeersongeval.
- Het sleutelbeen breekt meestal in het midden, omdat het daar het minst sterk is. Het kan ook aan een van de uiteinden, of zelfs op verschillende plaatsen tegelijk gebroken zijn. Bij kinderen gaat het vaak om een twijgbreuk: alleen het bot vanbinnen is geknakt, het beenvlies dat om het bot zit is nog heel.
- Soms liggen de gebroken stukken nog mooi naast elkaar. Soms zijn ze verschoven en vormen een hoek met elkaar. Scherpe uiteinden van het gebroken bot kunnen de bloedvaten en zenuwen in de buurt beschadigen, maar dat is heel zeldzaam. Als de stukken door de huid heen steken spreekt men van een open breuk. In dat geval kunnen ziektekiemen in de wond dringen en er een botinfectie veroorzaken. Hoe harder de klap of hoe zwaarder het ongeval was, des te zwaarder natuurlijk de gevolgen. Bij ongeveer één op drie sleutelbeenbreuken is er nog andere schade, zoals een gebroken rib of schouder.

Symptomen

- Pijn in de schouder. Die pijn wordt erger wanneer u de arm probeert op te tillen of wanneer er op het sleutelbeen gedrukt wordt.
- De schouder hangt naar beneden en naar voren.
- Een krakend of schurend geluid wanneer de schouder beweegt.
- Stijfheid of moeite om de arm te bewegen.
- Zwelling en een bloeditstorting op de plaats van de breuk.
- De huid boven de breuk puilt uit of staat strak gespannen, omdat er een stukje bot tegenaan duwt. De huid kan ook doorboord zijn door het bot.

- Heel soms is er gevoelloosheid..

Diagnose en onderzoek

- De diagnose wordt gesteld aan de hand van de anamnese en het uitwendig lichamelijk onderzoek. Dit maakt meestal al duidelijk wat er aan de hand is.
-
- Een röntgenfoto toont in hoeveel stukken het bot gebroken is en of ze ten opzichte van elkaar verschoven zijn.
- De arts controleert of een groot bloedvat of zenuw geraakt is.

Behandeling

De behandeling hangt af van de ernst van de breuk.

Zonder operatie

Wanneer een kind zijn sleutelbeen breekt, geneest dat meestal zonder dat er een operatie nodig is. Dat geldt ook voor elke eenvoudige breuk, als de stukken van het bot niet (te veel) verschoven zijn ten opzichte van elkaar.

- Pijnstillers helpen tegen de pijn, die de eerste dagen behoorlijk hevig kan zijn.
- Een ijskompres vermindert de pijn en de zwelling.
- Een draagdoek – ook mitella genoemd - ondersteunt de arm en vermindert daardoor de pijn. Dat is de enige behandeling als het om een heel eenvoudige breuk gaat.

Draag de mitella liefst ongeveer 10 dagen. Wanneer de pijn minder wordt mag de mitella uitblijven.

- Ook een cijfer 8-verband helpt om de pijn te verminderen. Je schouderzone wordt dan gefixeerd met een strak verband, dat als een liggend cijfer acht over borst en bovenrug en onder beide oksels door loopt.
- Zodra de pijn minder is en als de arts het toelaat, mag u draaioefeningen doen om te voorkomen dat je schouder verstijft. Na enkele dagen mag u, binnen de pijngrens, opnieuw alle bewegingen maken. Na enkele weken kunnen weer bijna alle bewegingen pijnloos uitgevoerd worden.

Herstel

Kinderen zijn al na een paar weken genezen, voor volwassenen duurt het zo'n zes weken tot drie maanden voor de breuk geheel is. Tijdens het genezingsproces en ook daarna nog kun je op de plaats van de breuk een knobbeltje voelen. Dat is normaal. Het sleutelbeen kan ook wat korter worden dan vroeger, maar dat heeft meestal geen invloed op de bewegingsvrijheid.

Soms wil de breuk niet genezen. Dan ontstaat pseudoartrose: er wordt een vals gewricht gevormd. Veroorzaakt dat te veel pijn, dan moet er een operatieve behandeling plaatsvinden.

Met operatie

Een chirurgische ingreep is nodig om het gebroken sleutelbeen te herstellen als:

- de breuk ingewikkeld is of als de botdelen erg verschoven zijn ten opzichte van elkaar.
- het om een open breuk gaat en de botdelen door de huid steken.
- de breuk niet vanzelf wil genezen en er pseudoartrose is ontstaan.
- sneller herstel nodig is. Bijvoorbeeld voor professionele sporters is dat een belangrijk argument.

Wat gebeurt er?

- De operatie gebeurt onder volledige narcose. De orthopedisch chirurg maakt een sneetje boven het sleutelbeen.
- De breuk kan op twee manieren hersteld worden, met een metalen plaat en schroeven, of met een pin in het mergkanaal van het sleutelbeen. Het mergkanaal is de holle buis vanbinnen in het bot.
- De avond na de operatie mag u naar huis.
- Na de operatie krijgt u een mitella om.
- De arm en schouder mogen meteen weer bewegen, maar tot de breuk helemaal genezen is mag u geen zware gewichten tillen.
- De ingreep laat een litteken na op een zichtbare plaats.

Risico's en complicaties

- Mogelijke complicaties van de operatie zelf zijn: problemen met de verdoving, een infectie, een slecht helende wond of schade aan een zenuw. Ze komen voor in 1 tot 5 procent van alle sleutelbeenoperaties.
- Een frozen shoulder. Dan verstijft je schouder en wordt bewegen erg pijnlijk. Dat is meestal een tijdelijk probleem, maar het kan tot zes maanden duren voor het is verdwenen.
- Soms wil de breuk niet helen, maar dat gebeurt minder vaak dan na een niet-operatieve behandeling.
- De huid kan gevoelloos blijven op de plaats van het litteken.
- Meestal irriteert de plaat of de pin. Dan moet hij chirurgisch weer verwijderd worden. Een plaat mag er ten vroegste 2 jaar na de operatie weer uit, een pin ten vroegste na 3 maanden.