

# MCL werkt intensief samen met Hand & Polstherapie Centrum

*Van de tweede naar de eerste lijn*



Traumachirurg: Arvid Munzebrock

**D**e hand is in combinatie met de pols een complex mechanisme met spieren, pezen, botten, zenuwen, huid en gewrichten. Als er in één of meerdere onderdelen gebreken of aandoeningen optreden, dan kan dat leiden tot een ernstige functiebeperking en arbeidsongeschiktheid. Hand & Polstherapie Centrum is gespecialiseerd in poliklinische zorg op het gebied van hand- en polsaandoeningen. Ook in het MCL verzorgt Hand & Polstherapie Centrum de eerstelijns hand- en polstherapie samen met de chirurgen en plastisch chirurgen.

Initiatiefnemer van Hand & Polstherapie Centrum is fysiotherapeut Ben Sterenberg. 'We behandelen mensen conservatief met problemen aan handen, vinger of pols door handfysiotherapie en ergotherapie met én zonder doorverwijzing voor of na een ok. We doen dit vanuit vier locaties: MCL, Leeuwarden, Antonius Ziekenhuis Sneek en Emmeloord en de Gezondheidsboulevard in Heerenveen. Als je eens nagaat wat je allemaal met je handen doet, dan realiseer je dat het een complex mechanisme is. Het varieert van krachtige bewegingen zoals tillen, draaiende bewegingen zoals het opendraaien van een pot appelmoes, tot fijnmechanische bewegingen zoals een knoop uit je veter halen.'

Er wordt intensief samengewerkt met traumachirurgen en plastisch chirurgen in het MCL. Tijmen de Jong, plastisch chirurg MCL, hierover: '40% van onze werkzaamheden in de plastische chirurgie heeft te maken met hand- en polschirurgie. Denk hierbij niet aan alleen pezen, zenuwen en huid, maar wij opereren ook veel aan botstructuren. Voor mij persoonlijk is het zelfs 80% van mijn

werk. Dit werk is onmogelijk zonder de nabehandeling door een ervaren hand-polstherapeut. Gelukkig hebben we in Friesland een zeer goed team dat bestaat uit gekwalificeerde fysiotherapeuten en ergotherapeuten met veel deskundigheid op het gebied van het behandelen van deze hand en polsklachten. We doen regelmatig samen spreekuren, hebben overleg over patiënten en ze zijn laagdrempelig.'

Ook Arvid Munzebrock, traumachirurg in het MCL, werkt veel samen met Hand & Polstherapie Centrum. 'De diagnostiek en behandeling van hand- en/of polsaandoeningen vereisen specifieke kennis van de anatomie en fysiologie van de hand en de pols. Een handtherapeut is hiervoor opgeleid. Met de therapeuten kun je qua scholing en ervaring in de hand-polstherapie op niveau spreken en protocollen maken.'

**'Als je eens nagaat wat je allemaal met je handen doet, dan realiseer je dat het een complex mechanisme is'**

'Kzelf ben fulltime bezig met dit vakgebied en heb inmiddels jaren ervaring', aldus Ben Sterenberg. 'Handtherapie is een vrij jonge specialisatie, maar het wordt steeds belangrijker. Inmiddels werken er twaalf gecertificeerde handtherapeuten bij ons centrum. Ons centrale doel is om de patiënt zo snel mogelijk van zijn hand/polsklachten af te krijgen en hem weer zo optimaal mogelijk te kunnen laten functioneren.'

Volgens plastisch chirurg De Jong worden vanuit de plastische- en handchirurgie

patiënten snel doorverwezen naar de therapie. 'Complexe handchirurgie, letsel bij ongevallen of band- en peesletseloperaties, moeten nabehandeld worden waarbij de patiënt zo snel mogelijk moet gaan bewegen. Tegelijkertijd weet de patiënt niet in welke mate hij kan belasten. Als je je kunt bedenken dat je met een vinger een boodschappentas kunt tillen, dan weet je hoeveel kracht je op een pees kunt zetten. De handtherapeut weet precies hoe je dat kunt doseren en oefenen zodat er geen stijfheid optreedt en structuren kapot gaan die net bij een operatie zijn hersteld.'

'Door na de chirurgische ingreep meteen te starten met de hand-polstherapie is de kans op functieherstel eerder aanwezig', aldus traumachirurg Munzebrock. 'Met de goede oefeningen kan de patiënt vaak weer sneller aan het werk. En dat is prettig.'

'Ik durf zelfs te beweren dat het nog verder gaat, want in mijn optiek kan een goede handchirurg niet zonder een handtherapeut en andersom', vult plastisch chirurg De Jong aan. 'Sommige operaties hebben geen goede of een veel slechtere uitkomst wanneer ze niet gevolgd worden door handtherapie, een enkele kan dan zelfs als zinloos omschreven worden. In de totale kosten voor de maatschappij zijn die van de hand- en polsletsels hoger dan die van alle knie en heupoperaties bij elkaar. Dat komt doordat de patiënten jonger zijn en arbeidsongeschikt raken.'

Initiatiefnemer Sterenberg: 'Tijdens een handtherapie in ons nabehandeltraject komen zaken aan de orde als: wondverzorging, littekenbehandeling, verbeteren van de beweeglijkheid, oefeningen voor kracht en coördinatie,

het aanmeten van spalken en advies met betrekking tot het inzetten van de hand/pols tijdens het uitvoeren van dagelijkse activiteiten. Een gemiddeld behandeltraject duurt bij ons zo'n vijf sessies.'

**'Door na de chirurgische ingreep meteen te starten met de hand-polstherapie is de kans op functieherstel eerder aanwezig'**

'Patiënten waarbij na een operatie dingen kapot kunnen gaan en die veel moeten oefenen, gaan zeker naar een handtherapeut', aldus Tijmen de Jong. 'Sommigen hebben begeleiding nodig vanwege hun angst en vaak jarenlange chronische pijn. Dan kunnen ze ergonomische adviezen krijgen en door kleine praktische aanpassingen en tips hun leven veraangenamen. Op ons gezamenlijk spreekuur zien we welke problemen we kunnen verbeteren. De combi van chirurgie en therapie werkt hier het beste.'

Hand & Polstherapie Centrum heeft contracten met alle zorgverzekeraars en géén wachtlijsten. Kijk op [www.handenpolstherapiecentrum.nl](http://www.handenpolstherapiecentrum.nl) of bel 088-0044844.

**hand  
& pols  
THERAPIE  
Centrum**



Hand-polstherapeut: Ben Sterenberg



Plastisch chirurg: Tijmen de Jong