

Trigger finger

Voor meer informatie

Hand & Polstherapie Centrum
heeft vijf vestigingen:

Drachten Sûnenz

Burgemeester Wuiteweg 140B, 9203 KP Drachten

Emmeloord

Urkerweg 4 | 8303 BX Emmeloord

Heerenveen Gezondheidsboulevard

Dalhuysenstraat 26 | 8448 EW Heerenveen

Leeuwarden

Henri Dunantweg 2 | 8934 AD Leeuwarden

Sneek

Bolswarderbaan 1 | 8601 ZK Sneek

Telefoonnummer 088-0044844

Faxnummer 058-8450208

Postadres

Postbus 24 | 8600 AA Sneek

www.handenpolstherapiecentrum.nl

info@handenpolstherapiecentrum.nl

hand
& pols
THERAPIE
Centrum

Een trigger finger is een onschuldige maar lastige afwijking, die veel voorkomt. Het wordt ook wel een haperende of hokkende vinger genoemd. Bij dit verschijnsel kunt u een vinger met moeite strekken, waarna deze met een schokje recht wordt. Dit ontstaat door een ontstekingsreactie van de buigpees van één van de vingers en soms ook van de peesschede (de huls waar de pees doorheen glijdt). Dit ontstaat ter hoogte van het gewricht van de vinger of duim naar de handpalm, aan de binnenzijde van de hand. Aanvankelijk kan de pees met enige moeite nog wel langs de plaats van vastlopen getrokken worden, maar meestal gaat dit met pijn gepaard. Het bewegingspatroon lijkt erg op dat van een vinger die de trekker (trigger) van een pistool overhaalt. Vandaar ook de benaming 'trigger finger'.



Oorzaak

De aandoening ontstaat soms na een zware inspanning of abnormaal gebruik van de hand. Soms is er sprake van een verwonding van een pees, soms een irritatie. De aandoening komt vaker voor bij patiënten met reuma, jicht en suikerziekte. De buigpees van de vinger loopt door een peeskoker. Deze peeskoker heeft een aantal verstevigende bandjes waar de pees onderdoor loopt. Deze bandjes noemen wij pulleys. Als om een of andere

reden de pees niet soepel onder het bandje doorloopt, blijft de pees hangen. Hierdoor ontstaat irritatie van de pees met zwelling tot gevolg. De pees kan nu nog moeilijker onder het eerste bandje door en vervolgens ontstaat er nog meer irritatie van de pees. Op deze manier belandt u in een vicieuze cirkel die het strekken van de vinger bemoeilijkt.

Klachten

Aanvankelijk is er sprake van een geringe pijn of irritatie bij het buigen van de vinger, vooral bij het vastgrijpen. Door toename van de verdikking van de pees verergert de pijn en kan de vinger op een gegeven moment niet meer op eigen kracht gestrekt worden. U voelt dan een 'knapje' en soms pijn bij het strekken.

Onderzoek

De diagnose wordt eenvoudig gesteld aan de hand van het verhaal van de patiënt en lichamelijke onderzoek. Er is ter plaatse van de buigpees vaak een verdikking te voelen, die gevoelig is bij aanraken/druk. Verder onderzoek is niet nodig.

Behandeling

Een trigger finger kan op verschillende manieren worden behandeld. De zwelling van de pees en peesschede moet verminderd worden om de pees weer soepel heen en weer te kunnen bewegen. Na intake en onderzoek bespreekt de handtherapeut het behandelvoorstel met u. Vaak bestaat de behandeling uit het dragen van een spalk welke gedurende periode van zes weken gedragen wordt, advisering voor het gebruik van de hand bij de dagelijkse activiteiten, ergonomische principes en het oefenen van het glijvermogen van de pezen. Op het moment dat de klachten langer dan zes maanden bestaan, voldoet een spalk echter niet om de klachten te laten verdwijnen. De meest gebruikte behandelmethode is een injectie met een lang werkend ontstekingsremmend middel (corticosteroïd). Deze injectie is enigszins gevoelig, maar u bent daarna meestal binnen

enkele dagen van de klachten af. Helpt een injectie niet of onvoldoende, dan kan het bandje van de peesschede operatief doorgesneden worden. Deze ingreep is slechts incidenteel nodig.

Na de operatie

Het is verstandig dat u de eerste dagen de arm in een mitella draagt. Het drukverband kan na enkele dagen worden verwijderd. In het verband begint u al met het gedoseerd buigen en strekken van de vinger. In het begin gaat dit wat moeizaam maar na enkele dagen verloopt het steeds beter. De klachten die u tevoren had, zijn na de operatie heel vaak meteen verdwenen. De hechtingen kunnen na zeven tot tien dagen worden verwijderd. Het litteken blijft vaak langer gevoelig.

In de meeste gevallen is geen handtherapie nodig. Echter in sommige situaties zijn er toch redenen om bij een handtherapeut behandeld te worden. Dit kan onder andere zijn omdat er sprake is van overgevoeligheid en/of een stug litteken, aanhoudende pijnklachten, kromstand van de vinger en overgevoeligheid van het litteken. Samen met u stelt de handtherapeut de behandeldoelen vast.

Nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Dan kunt u contact opnemen met uw behandelend handtherapeut van Hand & Polstherapie Centrum 088-0044844