

Duimbasis-artrose

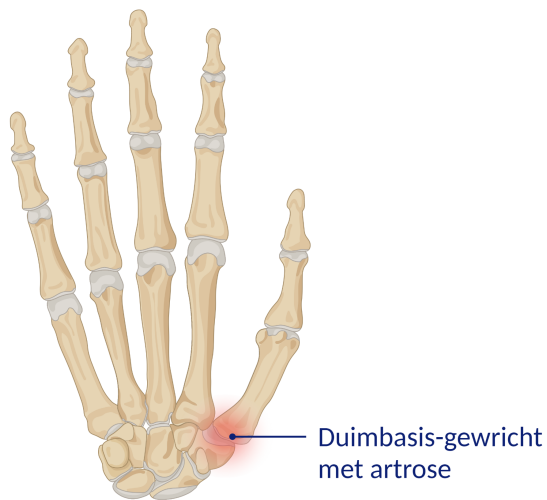
Slijtage van een gewricht van de duim

U heeft artrose (slijtage) aan uw duimbasis. Daardoor heeft u pijn aan uw duim. Hier leest u meer over duimbasis-artrose en hoe we u kunnen behandelen.

Over duimbasis-artrose

Bij artrose heeft u pijn aan een gewricht. Artrose noemen we ook wel slijtage. Een gewricht is een scharnier tussen twee botten. Tussen de twee botten zit een laagje kraakbeen. Dit zorgt dat de botten soepel en zonder pijn kunnen bewegen. Als dit laagje kraakbeen slijt, kan dit leiden tot een ontsteking in het gewricht. Dit kan zorgen voor pijn en een stijf gewricht.

In uw geval slijt het gewricht van uw duim (het duimbasis-gewricht). Dit komt vaak voor. Bij ongeveer één op de drie vrouwen boven de 40 jaar zijn op een röntgenfoto afwijkingen te zien in het duimbasis-gewricht.



Afbeelding 1. Versleten duimbasis-gewricht.

Oorzaak

De oorzaak is meestal niet bekend.

Het duimbasis-gewricht heeft een de vorm van een zadel. Dit zorgt dat de duim veel kanten op kan bewegen. Rond het gewricht zitten banden die voor stevigheid zorgen. Als deze banden minder sterk zijn, kan de duim extra ver bewegen (hypermobiliteit). Dit zorgt voor een grotere kans om duimbasis-artrose te krijgen. Ook als het duimbasis-gewricht ooit is gebroken of ernstig gekneusd, heeft u een grotere kans om duimbasis-artrose te krijgen.



Klachten

Bij duimbasis-artrose kunt u last hebben van deze klachten:

- Zeurende pijn aan uw duimmuis (het zachte deel onderaan de duim, aan de binnenkant van uw hand) en uw handrug (de bovenkant van uw hand).
- Klachten die erger worden wanneer u met uw duim knijpt (potten opendraaien, schrijven en sleutels draaien).
- Minder kracht in uw duim, vooral als u met uw duim knijpt.
- Uw duim heeft een andere stand dan normaal. De duimmuis (het deel onderaan de duim) staat meer naar binnen en de rest van de duim overstrekt.
- Uw duimbasis is dik (gezwollen).

Diagnose

U bespreekt uw klachten met uw arts. Hij/zij voert lichamelijk onderzoek uit. Als de arts denkt dat u duimbasis-artrose heeft, maken we een röntgenfoto. Soms is daarnaast een CT-scan nodig.



Over de behandeling

We kunnen u op 2 manieren behandelen:

1. behandeling zonder operatie
2. behandeling met operatie

Het doel van alle behandelingen is om uw pijn te verminderen. Daarnaast is het mogelijk dat u na de behandeling meer kan doen met uw duim.

Behandeling zonder operatie

We proberen u eerst te behandelen zonder operatie. Voor deze behandeling zijn verschillende mogelijkheden:

- Rust voor uw duim. Een handtherapeut kan u hierbij begeleiden.
- Pijnstilling (NSAID's). Als u de pijnstillers lang gebruikt, adviseren wij u om hierover met uw huisarts te overleggen.
- Injectie met ontstekingsremmers (corticosteroïden) in uw gewricht. De injectie werkt slechts tijdelijk.
- Handtherapie. Dit is meestal de eerste keuze van behandeling.

Over de handtherapie

De handtherapie bestaat uit oefentherapie, ergotherapie en spalktherapie.

- Oefentherapie: u doet oefeningen met de kleine spiertjes in uw hand. Dit zorgt dat uw duim stabiel wordt.
- Ergotherapie: u leert de juiste houding van uw duim. Ook krijgt u hulpmiddelen (schaar, mes) om uw duimbasis-gewricht te ontlasten.
- Spalktherapie: een spalk zorgt voor rust en stabiliteit van uw duim.

Hoe lang handtherapie?

Dit verschilt per persoon. Sommige mensen hebben 2 of 3 behandelingen nodig. Anderen hebben 8 of meer behandelingen nodig. U kunt dit bespreken met de handtherapeut.

Vergoeding handtherapie

De vergoeding van handtherapie valt onder fysiotherapie. Dit wordt vaak vergoed in een aanvullende verzekering. Vraag bij uw zorgverzekeraar en handtherapeut naar de vergoeding.



Behandeling met operatie

Heeft u veel pijn door de duimbasis-artrose? En werkt de behandeling zonder operatie niet goed? Dan kunnen we kiezen voor een operatie. Bij de operatie verwijdt de chirurg uw trapeziumbot. Dit bot is onderdeel van het versleten duimbasis-gewricht. Het doel van een operatie is uw pijn verminderen.

Voordeel van de operatie

U heeft na de operatie veel minder pijn vanuit uw duimbasis-gewricht.

Nadelen van de operatie

Het herstel na de operatie duurt 3 tot 6 maanden. U moet veel oefenen om te zorgen dat u uw duim weer goed kunt gebruiken.

Het is niet zeker dat u na een operatie uw duim en hand beter kunt gebruiken dan voor een operatie. Het is zelfs mogelijk dat u na de operatie minder met uw duim en hand kunt. Het kan zijn dat u na de operatie:

- Minder kracht heeft in uw duim.
- Uw duim minder goed kunt bewegen.
- Uw fijne motoriek deels verliest. Dit betekent dat u kleine bewegingen minder goed kunt uitvoeren. U kunt bijvoorbeeld minder goed schrijven of snijden.
- Nog steeds last heeft van klachten die u voor de operatie ook had. Bijvoorbeeld door andere versleten gewrichten in uw hand.

Meer informatie over deze operatie leest u in '[Verwijderen trapeziumbot](#)'.

Contact

Heeft u vragen? Neem dan contact met ons op. We zijn bereikbaar van maandag t/m vrijdag tijdens kantooruren.

- Polikliniek Plastische chirurgie (010) 704 01 37
- Secretariaat Plastische chirurgie (010) 703 46 38

Voor spoedgevallen in het weekend en na kantooruren kunt u bellen met de Spoedeisende Hulp: (010) 704 0704



