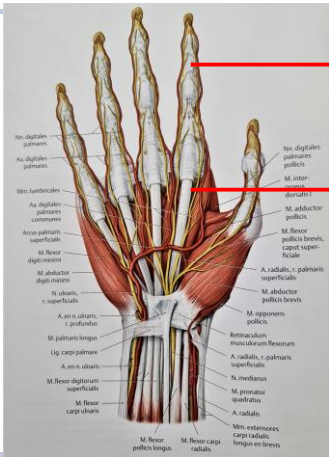


Handtherapie na Flexorpeesletsels

Ton Schreuders

6 april 2023

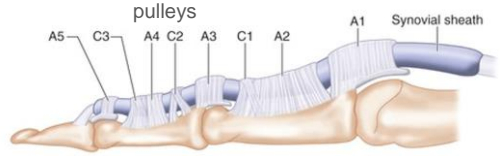
1



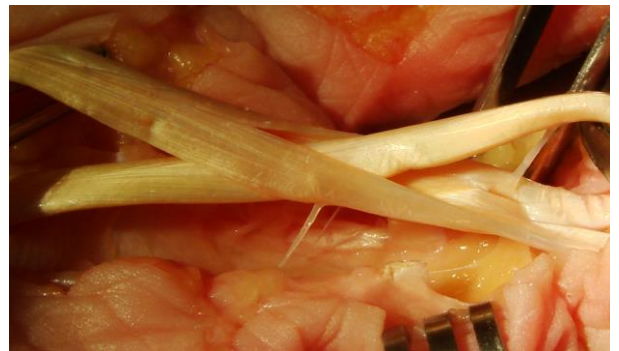
Zone 2

3

Anatomie Flexorpees



2

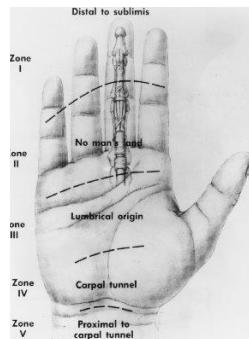


4



5

Zones



I = FDP (jersey)

II = No man's land

III = lumbricales

IV = carpal tunnel

V = proximaal carpal tunnel



6

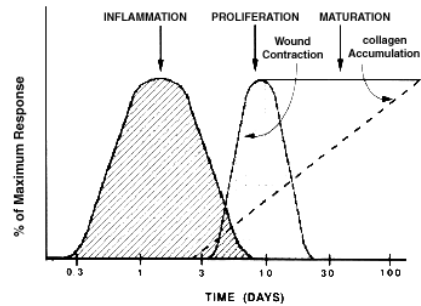
Keuzes - Richtlijn

Gebaseerd op

- wond genezing principes (pees = langzaam)
- sterkte hechting (2-4 strand, *weave*)
- zone (immobilisatie – *early active motion*)
- mate *crush* / patiënt variabelen
- etc.

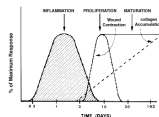
7

wondgenezing principes



8

Wondgenezing - pees

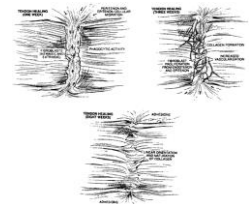


0-7 dagen	ontsteking	oedeem voorkomen en beweging
8-28 dagen	actief herstel	onafhankelijk bewegen collageenvorming
>28 dagen	herstel en remodellering	behoud van beweging beïnvloeding van littekenreactie en herstel van kracht

9

Wondgenezing - pees

- Pezen genezen door **intrinsieke en extrinsieke** cellulaire activiteit.
- Pezen genezen onder spanning sneller, zijn sterker, hebben minder adhesies en betere excursies. (Gelberman)



10

Wondgenezing pees

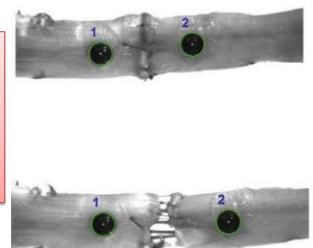
Spierwit... Peeswit en spierrood

	Adhesies	Ruptuur
Flexor	+++	+++
Extensor	++	+
Tendon Transfer	+/-	-

11

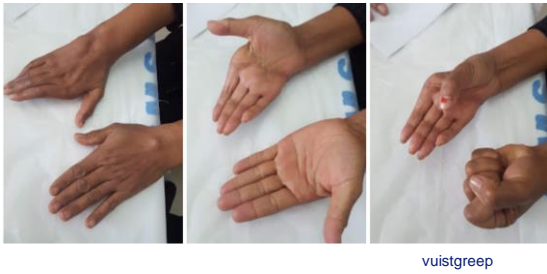
Doel therapie is

- Geen *gapping*
- Geen ruptuur
- Geen contractuur
- Geen adhesies?



12

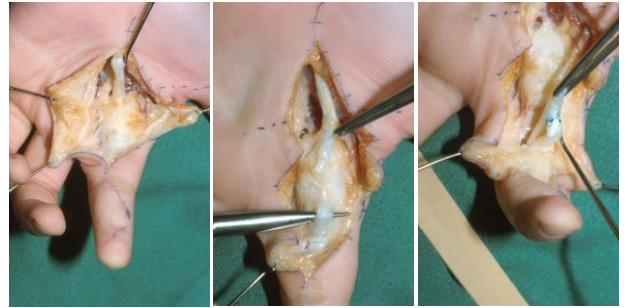
Geen therapie na peesherstel...



vuistgreep



13



14



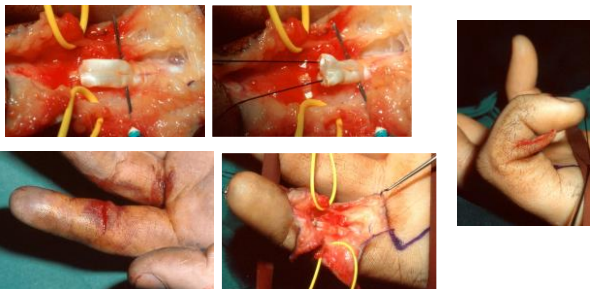
15

Chirurgie bij peesletsels



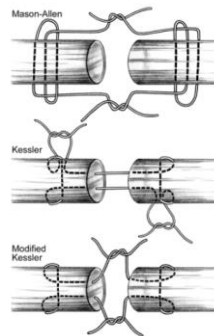
16

Chirurgie bij peesletsels

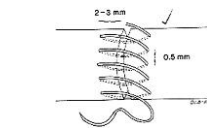


17

Peeshechtings technieken

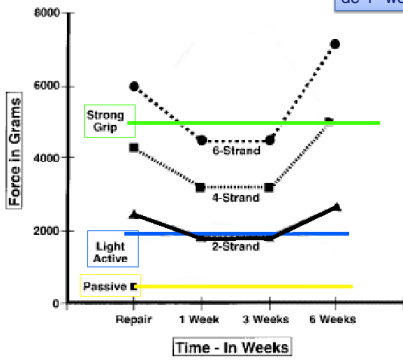


- Core suture
- Epithenon hechting – running suture



18

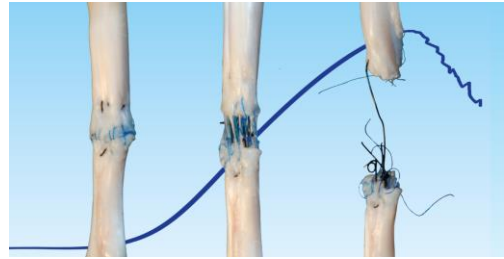
Peeshechting



Erasmus MC
Erasmus

19

sterkte hechting (2-4 strand, weave)

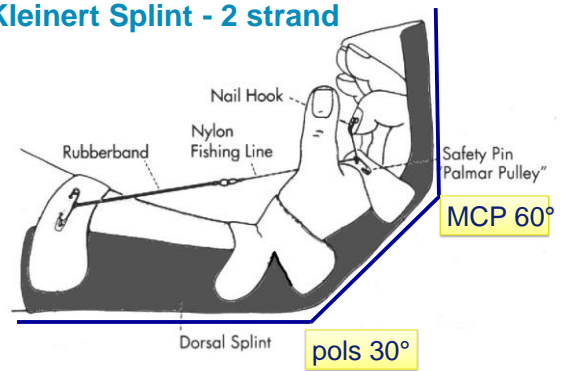


Erasmus MC
Erasmus

20

Handtherapie na flexorpees herstel

Kleinert Splint - 2 strand



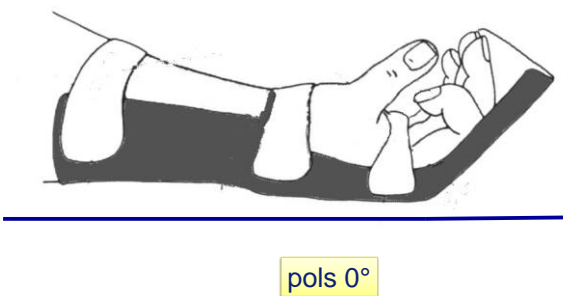
Erasmus MC
Erasmus

Erasmus MC
Erasmus

21

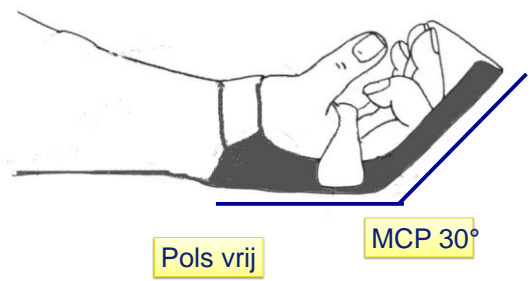
22

Early Active Motion - 4 strand



Erasmus MC
Erasmus

Manchester (short) splint



Erasmus MC
Erasmus

23

24

Manchester (short) splint



Long/short splint study n=40
Evaluated at 6 weeks – 12 weeks

Short splint significantly better ROM

Rupture rate:
4.4% with short splint
3.9% with long splint



The Manchester short splint: A change to splinting practice in the rehabilitation of zone II flexor tendon repairs. Peck et al, Hand Therapy (UK) 2014



25

Early active motion

Begin met passieve flexie van vingers – neem tijd zeker als oedeem is
Actief buigen (hoeft niet gelijk maximaal)
Geleidelijk toename (wekelijks) van actieve flexie:



Week 1

Week 2

Week 3

Week 4



26



27

Dag 2-25

Als toename flexie contractuur:

- intensiever oefenen, (bv meer dan 5 tellen strekking)
- Coban (voor de nacht, met losser elastiek)
- spalk aanpassen (meer flexie MCP of polstermateriaal in spalk plakken die MCP in meer flexie brengt.)



28

Na 3 weken

Tendon Gliding Exercises (TGE) elk uur 10x, 5 tellen vasthouden



Na 6 weken

- Start functie training zonder weerstand (bv solitaire spel)
- Evt. blokkeer oefeningen (voorzichtig, dit is een zware oefening)
- Indien flexie contractuur; neopreen kokertjes of spalk



29

Na 8 weken

- Lichte weerstand; bv Putty oefeningen
- Kleinste cilinder oefening; zoeken met welke diameter de vingers net wel/niet de cilinder raken: Pt moet langdurig met lichte spanning deze zien vast te houden
- Eventueel blokkeer oefeningen
- Afhankelijk van instrueerbaarheid Pt: start ADL: bv schrijven.
- Redressie indien nodig



30



Pas na 12 weken volledig belasten
Sport en werk opbouwen



Erasmus MC
Erafang

31

Casus - probleem



Erasmus MC
Erafang

32

Casus - probleem



Erasmus MC
Erafang

33

Hand Therapie

Voorkomen verklevingen?
Onderdeel wondgenezing

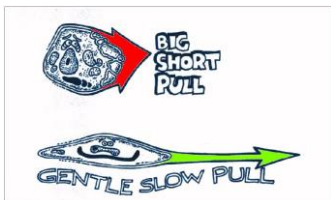


Lange
littkens
hinderen
peesglijden
niet

Erasmus MC
Erafang

34

Langdurige milde rek



Erasmus MC
Erafang

35

Langzaam (groei) proces

Motiveer
Meet



Therapeut = coach

Erasmus MC
Erafang

36

tips and tricks

