

Handtherapeutische protocol Mallet vinger

Ton AR Schreuders (2004)

Mallet vinger = Extensor pees laesie Zone 1 en 2

Periode 1 (eerste 6 weken)

Actie HT, dag van verwijzing:

1. strek spalk maken voor DIP
2. Instructie patiënt
3. registratie gegevens
4. Vervolg afspraak

Ad 1. Streck spalk maken DIP: immobiliseren van DIP in bijna maximale hyperextensie (kleur dorsale huid DIP)

Doel van de spalk is tegengaan van flexie DIP

- In meeste gevallen moet ook een extensie blok in de spalk gemaakt worden voor het PIP in 30°, Mn bij neiging tot hyperextensie (swanneck), dus bij (hyper-)mobiele gewrichten
- Spalk wordt met tape (allergie leukoplast?) bevestigd aan mid falanx met PIP flexie vrij
- In enkele gevallen kan een gips spalk een alternatief zijn, bv bij twijfel over compliance, huidproblemen (wond)

Ad. 2. Instructie aan patiënt:

- Uitleg doel, duur therapie
- Verboden spalk te verwijderen
- Hand niet zwaar belasten
- Hand hoog houden
- Vinger mag niet nat worden (handen wassen, douchen etc)
- Bij problemen (pijn, roodheid, zwelling) HT bellen

Oefeningen (met spalk):

Voorzichtig PIP flexie oefenen

- Actief met andere vingers gestrekt (FDS test)
- Passief, met lichte druk
- Eventueel massage rond PIP bij zwelling en pijn

Ad. 3 registratie

Noteren: Naam, geb. datum, informatie verwijzers

Beroep/hobby's, oorzaak Mallet, voorgeschiedenis (behandelingen etc)

Inspectie:

Metten: ROM actieve extensie DIP
Flexie PIP
Naastliggende vingers

Ad. 4. Vervolg afspraak

In meeste gevallen binnen week

Vervolg (periode 1: eerste 6 weken)

Wekelijkse afspraak HT

- Controle PIP flexie
- Inspectie vinger (huid, kleur, pijn punten etc)
- Schoonmaken spalk

Periode 2 (6-8 weken)

Globaal: spalk afbouwen (ongeveer toename flexie DIP van 10° per week)

Start oefentherapie (OT)

- FDS test oefening
- Grootste cilinder (13 cm) voorzichtig flexie toelaten

Instructie thuis oefeningen

Alle oefeningen moeten binnen de pijngrens worden uitgevoerd.

Als de pijn na het oefenen langer dan een half uur blijft bestaan dan minder frequent en minder agressief oefenen.

- 3x per dag spalk af doen,
- 10 x FDS test oefening
- 10 buig oefeningen met grote cilinder, 5 tellen in flexie houden,
- langzaam actief strekken
- instructie hoe bevestigen van spalk
- Spalk tussen het oefenen gewoon weer aan doen.

registratie:

AROM extensie DIP

Flexie DIP op cilinder

In verloop deze periode: frequentie opvoeren naar 5-6 x per dag oefenen, wekelijks een kleinere cilinder

Periode 3 (8-10 weken)

- Actief onbelaste flexie oefenen (bv met patience spel, adequate cilinder diameter)
- Coördinatie oefeningen

NB Indien extensie "lag" ontstaat 4 weken weer in spalk

Periode 4 (na 10 weken)

- geleidelijk de belasting van de hand gaan opvoeren.
- Coördinatie oefeningen
- Geen plotselinge knijpbeweging maken.
- spalk thuis af laten

Slotregistratie:

AROM DIP en PIP in vuistgreep

Rapportage revalidatie arts: terugkeer naar werk

ROM

Eventueel knijpkracht na 12 weken
