

# Triggerfinger

Fysiotherapie



Beter voor elkaar

## Wat is een triggerfinger?

Een triggervinger is een vinger (of duim) die u niet goed meer kunt buigen of strekken. Als het erger wordt, kan de vinger krom blijven staan.

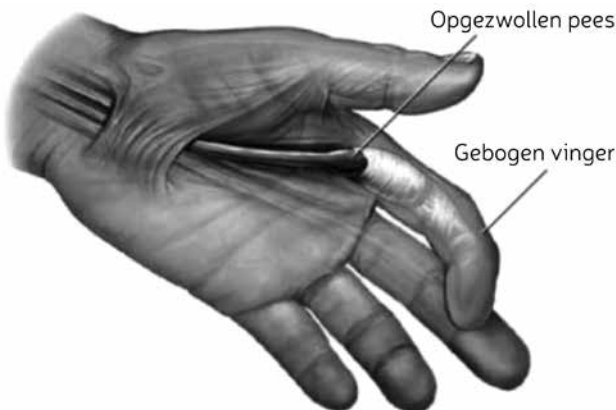
U kunt uw vingers buigen met de spieren aan de binnenkant van uw onderarm (de buigspieren).

Van deze spieren lopen pezen naar de vingertoppen. Deze pezen worden door bandjes op hun plaats gehouden.

Als de buigspieren samentrekken, trekken ze aan de pezen en die trekken uw vingers krom. Dit gaat soepel doordat de pezen door een soort kokertjes met glijmiddel bewegen. Zo'n kokertje heet een peesschede.

Bij een triggervinger blijft de pees vastzitten in de peesschede. Of deze blijft haken achter de bandjes die de pees op zijn plek houden. Daardoor blijft de vinger vastzitten bij buigen of strekken.

Door kracht te zetten kan de pees soms toch opeens losspringen. De vinger kan dan opeens tóch verder buigen of strekken. Vandaar de naam hokkende vinger, triggervinger of springvinger.



## Oorzaak

Een triggervinger ontstaat door irritatie van de peesschede. De oorzaak van de irritatie is niet bekend. De peesschede wordt dikker of stugger. De ruimte in de peesschede wordt daardoor nauwer. De pees kan dikker worden. Er

kunnen ook knobbeltjes op de pees komen. Daardoor kan de pees minder goed door de peesschede heen en weer bewegen.

## **Behandeling**

De triggerfinger kan op verschillende manier worden behandeld. Ontstekingsremmers, een injectie of een spalk kunnen helpen bij een triggerfinger. Als de klachten na meer dan zes maanden nog steeds bestaan, dan helpen de ontstekingsremmers en de spalk helaas niet om de klachten te laten verdwijnen. Hierna kunt u een operatie overwegen om de klachten te laten verhelpen. We kunnen u dan doorverwijzen naar één van onze chirurgen.

## **Operatie**

Wanneer bovenstaande behandeling niet geholpen heeft kan een operatie helpen. Bij deze operatie wordt er een snede gemaakt in de huid en wordt de peesschede in de lengterichting open gemaakt. Hierdoor heeft de pees weer de mogelijkheid om door de peesschede heen te kunnen glijden.

## **Herstel**

Voor een spoedig herstel adviseren wij u om al in een vroeg stadium u te laten begeleiden door een handtherapeut. Deze kan u bij alle behandelingen adviseren en begeleiden tijdens het herstel.

**T** 010 297 54 80

[www.ikazia.nl](http://www.ikazia.nl)



**Let op:** In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

**Please note:** This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

**Dikkat:** Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

**Uwaga:** Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

**انتبه:** هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.