

Tenniselleboog

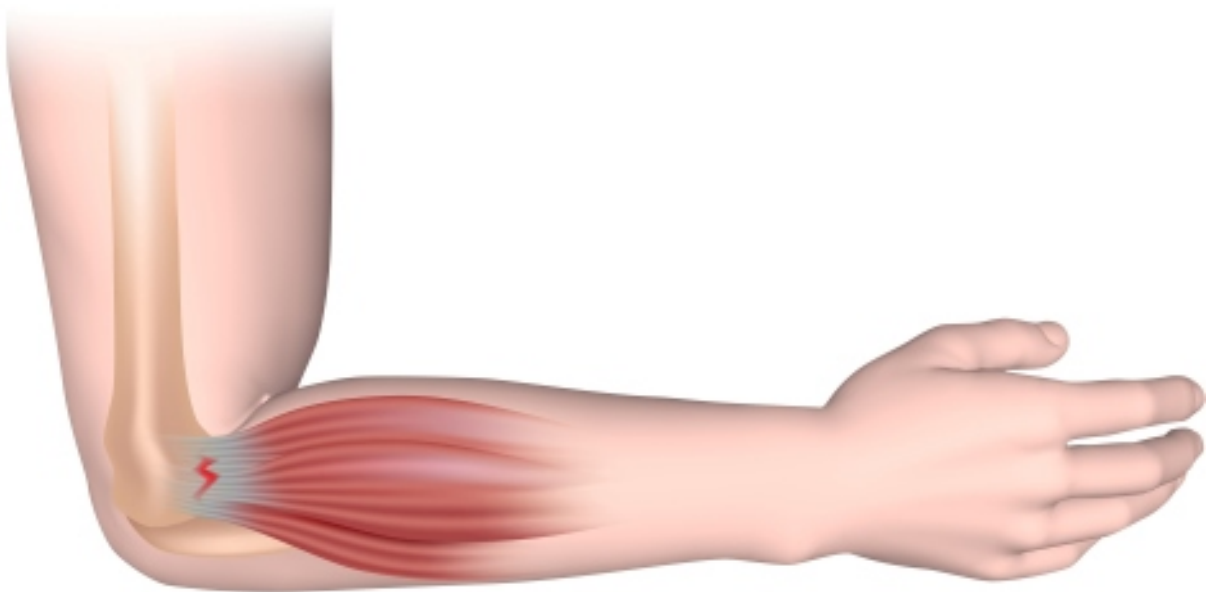
Algemeen

Bij een bezoek aan de polikliniek heeft de chirurg u verteld dat hij u kan behandelen aan een tenniselleboog. Deze folder geeft u een globaal overzicht van de oorzaak van een tenniselleboog, de daarbij voorkomende klachten en de meest gebruikelijke behandelingsmogelijkheden. Bedenkt u bij het lezen van deze folder dat de situatie voor iedereen weer anders kan zijn.

Wat is een tenniselleboog

Een tenniselleboog komt vaak voor en geeft aanleiding tot pijnklachten aan de buitenzijde van de elleboog, soms uitstralend naar de onderarm. De pijnklachten treden op wanneer de strekspieren van de pols en hand moeten worden aangespannen, bijvoorbeeld als we iets met de hand willen oppakken. De oorsprong van de strekspieren van de pols en hand zit vast aan de buitenzijde van de elleboog. Wanneer je daar op drukt, doet het ter plaatse ook pijn.

Waardoor een tenniselleboog ontstaat, is niet duidelijk. Het heeft niets met tennissen zelf te maken. Het zou kunnen zijn, dat de strekspieren te zeer gespannen of overbelast zijn geraakt. Daardoor kan er irritatie ontstaan bij de aanhechting van de spieren aan de buitenzijde van de elleboog.



De behandeling van een tenniselleboog

Er zijn vele behandelingsmogelijkheden voor een tenniselleboog.

- De meest eenvoudige behandeling is rust. U kunt hiervoor een korte tijd gips krijgen, zodat u uw elleboog niet kunt bewegen.
- Er zijn speciale braces die om de onderarm kunnen worden aangelegd. Daarmee wordt geprobeerd de spanning op de aanhechting van de spieren aan de buitenzijde van de elleboog wat te verminderen.
- Een andere mogelijkheid is een fysiotherapeutische behandeling. De fysiotherapeut kan met bepaalde apparatuur en handelingen de pijn verminderen en wellicht de spieren wat ontspannen.
- Het inspuiten van het pijnlijke gebied met een hydrocortison en een verdovingsvloeistof kan de pijn doen verminderen.
- Een chirurgische behandeling is in uiterste gevallen mogelijk. Daarbij wordt de aanhechting van de spieren op de buitenzijde van de elleboog voor een deel losgemaakt. Op die wijze wordt de irritatie opgeheven. Deze chirurgische behandeling wordt onder algehele verdoving uitgevoerd. U wordt daarvoor een dag opgenomen. U krijgt een verwijsbrief mee voor de anesthesioloog. Bij de polikliniek Anesthesiologie kunt u een afspraak maken voor het pre-operatieve spreekuur.

Belangrijk

Het is niet te zeggen welke behandelingsmogelijkheid duidelijk beter of slechter is. Een bepaalde methode heeft bij de ene patiënt wel en bij een andere patiënt geen resultaat. Uw arts stelt, in overleg met u, een behandelingsplan op.

Mogelijke complicaties

Zoals voor alle ingrepen geldt, is ook de chirurgische behandeling van een tenniselleboog niet vrij van de kans op complicaties. Toch treden nabloedingen of infectie zelden op.

Het kan zijn, dat u na de chirurgische behandeling pijn hebt van de operatie zelf. Met een milde pijnstiller (paracetamol) is dat te bestrijden. De arts zal u adviseren een sling te dragen. Hetzelfde geldt voor de inspuiting met hydrocortison. Als de verdovingsvloeistof is uitgewerkt, is het gebied pijnlijk. Ook deze pijn is met een milde pijnstiller te bestrijden.

Bij complicaties

Als er complicaties optreden wanneer u weer thuis bent, kunt u contact opnemen met uw huisarts. Uw huisarts is op de hoogte van uw situatie. Buiten kantoortijden en in het weekend kunt u de huisartsenpost bellen.

Vragen

Heeft vóór de behandeling nog vragen, dan kunt u op werkdagen contact opnemen met de secretaresse van de polikliniek Chirurgie, telefoonnummer (0314) 32 99 88.

Uw privacy en onze geheimhouding

Om u de beste zorg te kunnen geven, hebben wij gegevens van u nodig. Deze gegevens leggen wij digitaal vast en beveiligen wij goed. Wij gaan zorgvuldig om met deze gegevens en houden ons aan de wet- en regelgeving. Dit betekent onder andere dat al onze medewerkers een geheimhoudingsplicht hebben en u als patiënt recht heeft op privacy. Uitgebreide informatie over uw privacy, rechten en plichten vindt u in de folder '[Uw rechten en plichten als patiënt](#)'. Deze folder kunt u raadplegen op folders.slingeland.nl.