



## TRIGGERVINGER OF HOKKENDE VINGER



### Diagnose en onderzoek

Een triggervinger is een vinger die bij buigen ineens op slot kan schieten. Mensen horen dan een klikje en moeten dan soms hun andere hand gebruiken om de vinger weer recht te trekken. Vaak is dit ook erg pijnlijk. Het kan hierdoor gebeuren dat mensen dingen laten vallen.

Een triggervinger wordt veroorzaakt doordat de buigpees (zie afbeelding) niet meer goed door de tunnel kan glijden. Elke vinger heeft een aantal tunnels (pulleys) om ervoor te zorgen dat de pees tegen het bot aan gedrukt worden, zodat de pees niet als een pijl en boog functioneert.

Er kunnen verschillende oorzaken zijn van de zwelling op de pees. Denk hierbij aan overbelasting, hormonale oorzaken zoals overgang, suikerziekte of zwangerschap en soms zit er daadwerkelijk een cyste op de pees.



Wit = buigpees

Geel = A1 pulley



## Behandeling en operatie

### 1. Spalktherapie

Het doel is om de zwelling te laten afnemen, zodat de pees weer goed door de tunnels (pulleys) kan glijden. 's Nachts slapen we vaak met onze vingers in een vuist. De buigpezen kunnen dan niet goed tot rust komen. Een nachtspalk of ringspalk kan dit tegen gaan. Het effect van spalktherapie is vaak na 6-8 weken merkbaar.

### 2. Injectie met steroïden

Steroïden hebben als doel de zwelling rondom de pees te laten afnemen. Zeker bij triggervingers die nog niet langdurig bestaan kan dit een goed effect hebben. Ongeveer 70-80% van de mensen heeft baat bij een injectie. Helaas is de kans dat het terugkomt na enige tijd wel aanwezig.

### 3. Operatie

Indien bovenstaande behandelingen niet hebben geholpen, of iemand wil graag zo snel mogelijk van zijn klachten af dan is een operatie de volgende stap. Meestal vindt dit plaats onder plaatselijke verdoving. Hierbij wordt de vernauwde A1 pulley geopend en indien van toepassing de zwelling van de pees verwijderd. Afbeelding 1 geeft een voorbeeld van de mogelijke littekens. Daarna wordt de wond weer gesloten en krijgt u voor 24 uur een drukverband om de hand wat rust te geven (afbeelding 2).





## Revalidatie en complicaties

### Revalidatie

Na 1 dag mag het verband eraf en is het de bedoeling dat u de vinger elk uur gaat buigen zodat de pees door het littekengebied kan glijden. Hiermee kun je de kans op verklevingen minimaliseren.

U mag na 1 dag de hand dan ook normaal gebruiken. De wond mag echter niet week worden, dus bijvoorbeeld niet in afwaswater of bad. Na een week komt u terug voor het verwijderen van de hechtingen. Tevens krijgt u dan van de handtherapeut oefenadviezen. In sommige gevallen is een aantal fysiobehandelingen noodzakelijk om de vinger weer goed te laten buigen en strekken en het litteken soepel te krijgen.

Het is belangrijk om te realiseren dat ook een klein litteken enige tijd nodig heeft om te herstellen. De eerste 3 maanden is het normaal dat het litteken wat rood/ paarsachtig is en verdikt. Door massage en goede huidverzorging rondom het litteken kunt u dit verbeteren. Het uiteindelijke resultaat van het litteken is pas na een jaar zichtbaar.

### Complicaties

De kans op complicaties bij deze ingreep is klein. Zoals bij elke ingreep is er een kans op wondinfectie, nabloeding of op het open springen van de wond. Daarnaast moet u dus rekening houden met de littekenvorming die bij iedereen anders kan verlopen. In uitzonderlijke gevallen kan de triggering terug komen.

Bij elke ingreep aan hand en pols is er een kleine kans op het ontwikkelen van dystrofie.

Mocht u naar aanleiding van bovenstaande nog vragen hebben kunt u deze mailen naar [\*\*poli.bertleff@bergmanclinics.nl\*\*](mailto:poli.bertleff@bergmanclinics.nl)