

## Degeneratieve rotatorcuff scheur – Een scheur in een versleten schouderpees

De rotatorcuff is een verzamelnaam voor de vier dieperliggende schouderpijlen waarvan de pezen als een manchet rondom de schouderkop liggen. Deze spieren zijn belangrijk voor bewegingen (met name rotaties van de bovenarm), maar ook voor de stabilisatie van de schouderkop in de ondiepe kleine schouderkom.

Een scheur in één of meerdere pezen in de schouder komt vaak voor. Dit geeft pijn in de schouder en bovenarm. Er zijn twee oorzaken voor een scheur. Ook een mengvorm komt vaak voor.

### Acute scheur

Op jongere leeftijd kan een scheur ontstaan door een trauma, bijvoorbeeld een val op de schouder of een plotselinge beweging waarbij de schouder wordt opgerekt. Er is dan sprake van een acute scheur in een verder gezonde schouderpees.

### Degeneratieve scheur

Naarmate we ouder worden, worden de pezen dunner. Ze kunnen dan verzwakken en scheuren door slijtage. Dit heet een degeneratieve scheur. Het gebeurt vaak dat een ouder iemand al een verzwakte pees heeft, valt en dan de pees scheurt. Ook kan er pijn aanwezig zijn omdat de verzwakte pees langzaam scheurt door de slijtage, de pijn is dan geleidelijk ontstaan zonder aanleiding.

Het is bekend dat 50% van de 70-jarige mensen een gescheurde pees heeft op basis van deze peesveroudering. Slechts 40% van deze mensen hebben er ook daadwerkelijk last van. Het hoort dus ook een beetje bij het ouder worden en hoeft geen klachten te geven.

### Symptomen

Een gescheurde pees kan diverse klachten geven:

- Meestal is dat pijn. De pijn kan in rust optreden, vooral 's nachts, en bij bepaalde bewegingen.
- De pijn zit vaak in de schouder en aan de buitenzijde van de bovenarm. Pijn kan ook uitstralen naar de borstspier en het schouderblad en soms naar de hele arm.
- De kracht in de arm bij het heffen van de schouder is vaak verminderd.
- Bovenhandse activiteiten worden langzaam lastiger.
- In het uiterste geval kunt u de arm helemaal niet meer heffen.

### De behandeling zonder operatie:

Bij de langer bestaande, degeneratieve scheuren is een operatie meestal niet de oplossing. De kwaliteit van het peesweefsel laat dat niet meer toe. Hoe ouder u bent, hoe slechter de kwaliteit van de pees en de spier zal zijn. U kunt het vergelijken met een gat in een broek op de knie die langzaam is gaan rafelen. Naaien van het gat helpt vaak niet omdat het weefsel opnieuw scheurt. Gehechte pezen bij

patiënten boven de 63 jaar genezen vaak niet goed meer.

Onder leiding van een gespecialiseerde fysiotherapeut proberen we de andere spieren rondom de schouder in een betere conditie te krijgen om de schouder beter te kunnen bewegen zodat de gescheurde pees ontlast wordt.

In sommige gevallen is het zinvol om u een injectie met een ontstekingsremmende pijnstiller geven. Meer informatie hierover kunt u vinden in onze folder over deze pijnstilling:

[Kenacort injectie | Amphia Ziekenhuis\(https://www.amphia.nl/folders/orthopedie-kenacort-injectie\)](https://www.amphia.nl/folders/orthopedie-kenacort-injectie)

Het overgrote deel van de patiënten met degeneratieve rotator cuff scheuren kunnen goed geholpen worden met een niet-operatieve behandeling.

### **De behandeling door middel van een operatie:**

Soms is het wel zinvol om de pees te repareren door middel van een operatie. Uw arts zal dit met u bespreken. Gemiddeld genomen genezen de pezen van patiënten onder de 57 jaar vaak goed na het hechten. Pezen van patiënten boven de 63 jaar genezen gemiddeld matig en bij veroudering is de kans op genezing steeds slechter. Belangrijk om te vermelden is dat patiënten die roken een slechtere peeskwiteit hebben, en de kans van slagen bij een operatie bij deze patiënten lager is dan bij mensen die niet roken.

Voor meer informatie over het repareren van een schouder pees met een operatie, verwijzen wij u door naar de folder:

[Cuffrepair | Amphia Ziekenhuis\(https://www.amphia.nl/folders/orthopedie-cuffrepair#:~:text=De%20orthopedisch%20chirurg%20zal%20in,beter%20in%20kaart%20te%20brengen.\)](https://www.amphia.nl/folders/orthopedie-cuffrepair#:~:text=De%20orthopedisch%20chirurg%20zal%20in,beter%20in%20kaart%20te%20brengen.)

Soms zijn de pezen niet meer te repareren en lukt het ook niet om de klachten onder controle te krijgen met de juiste pijnstilling en fysiotherapie.

Dan bestaan er nog andere opties, zoals bijvoorbeeld het plaatsen van een omgekeerde schouderprothese. Uw behandelend arts bespreekt dit indien dit op u van toepassing is.

Voor schouderfysiotherapie verwijzen wij naar een gespecialiseerde schouderfysiotherapeut. Voor Fysiotherapeuten met ervaring en specialisatie in de schouderzorg verwijzen wij u naar de volgende website:

[Ledenlijst – SchouderNetwerk West-Brabant \(SNWB\) \(schoudernetwerkwestbrabant.nl\)](https://www.schoudernetwerkwestbrabant.nl)  
(<https://www.schoudernetwerkwestbrabant.nl/ledenlijst/>)

### **Vragen?**

Wij helpen u graag. U kunt contact opnemen met de assistent of onze verpleegkundig specialist. Gelieve ons tijdens kantooruren te bellen. ?

T: (076) 595 30 80

Liever via de email? E-mail: [vsorthopedie@amphia.nl](mailto:vsorthopedie@amphia.nl)(mailto:vsorthopedie@amphia.nl)

We streven er naar uw email binnen 72 uur te beantwoorden.

Meer lezen over orthopedie bij Amphia?

[Ga naar afdeling Orthopedie \(https://www.amphia.nl/afdelingen/orthopedie\)](https://www.amphia.nl/afdelingen/orthopedie)