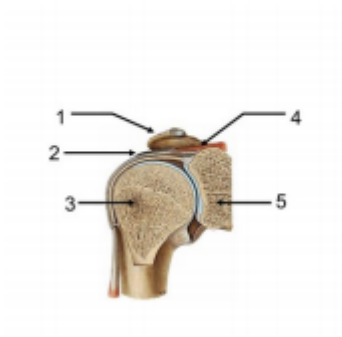
Subacromiale pijnsyndroom

Pijn onder het schouderdak

Het schoudergewricht
Een normaal schoudergewricht wordt gevormd door de schouderkop, de schouderkom, het schouderdak, de slijmbeurs en spieren/pezen van de schouder (rotator cuff). Zie figuur 1.

Wat is het subacromiale pijnsyndroom/ impingement?
Door een verkeerd bewegingspatroon en een verkeerde houding kunnen de pezen bij bewegen (met name bij de bovenhandse bewegingen) overbelast raken waardoor ze kunnen slijten. Dit geeft pijn bij de bovenhandse en de reikbewegingen.

Figuur 1



1: Schouderdak

2: Slijmbeurs

3: Schouderkop

4: 'Rotator cuff'

5: Schouderkom

Behandeling
De meeste schouderklachten verdwijnen binnen het jaar.

Fysiotherapie
De behandeling is gericht op het verbeteren van houding en bewegingspatroon. Het is van belang u te laten begeleiden door een goede schouderfysiotherapeut, dan wel manueel therapeut. Soms vragen we het oordeel van onze eigen schouderfysiotherapeut om te kijken of die nog adviezen heeft ter verbetering van de klachten.

Injectie
Tijdens het polikliniekbezoek geeft de orthopeed soms een injectie onder het schouderdak. In deze

injectie zit een verdovend middel en een ontstekingsremmer (hormoon). Het verdovende middel werkt een paar uur, waarin u dan geen / veel minder pijn kunt ervaren. Het ontstekingsremmende middel (hormoon) kan de geïrriteerde slijmbeurs en pezen binnen enkele weken weer tot rust brengen. Deze injectie wordt ook gebruikt om te kijken of het pijnprobleem daadwerkelijk van dit probleem afkomstig is.

Operatie Alleen indien de klachten ondanks een goede injectie en fysiotherapie langer dan een jaar aanhouden kan in overleg met uw orthopeed wel eens gekozen worden voor een operatie waarbij de ruimte tussen het schouderdak en de schouderkop wordt vergroot door het weghalen van de vooronderrand van het schouderdak zodat de pees die de schouder omhoog beweegt weer meer ruimte krijgt en minder makkelijk geïrriteerd raakt. Deze operatie heeft echter vaak tegenvallende resultaten en het herstel kan zes maanden tot een jaar duren. Uw orthopeed zal dus niet te snel over gaan tot dergelijke operatie. Meer informatie kunt u terugvinden in de folder Arthroscopische Neerplastiek.

Complicaties (bij een injectie)
Indien u diabetespatiënt bent (insulineafhankelijk), is het nodig dat u op de dag van de injectie de bloedsuikers extra controleert. Het ontstekings-remmende middel (hormoon) kan er namelijk voor zorgen dat de bloedsuiker enigszins ontregeld raakt. Ook kan het voorkomen dat u een rood gelaat krijgt. Dit kan geen kwaad en is meestal na 2 dagen weer verdwenen. Vrouwen in de overgang kunnen kortdurend weer wat vaginaal bloedverlies hebben.

Poliklinische controle
Meestal komt u na de injectie niet meer op controle bij uw orthopeed, tenzij de behandeling onvoldoende resultaat heeft gehad. Dan kunt u een nieuwe afspraak maken bij de afsprakenbalie.

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

Polikliniek Orthopedie:

Amphia Breda en Amphia Oosterhout
T: (076) 595 30 80
E: vsorthopedie@amphia.nl(mailto:vsorthopedie@amphia.nl)

Meer lezen over orthopedie bij Amphia?

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