

Oorzaak:

Er zijn beschadigingen ontstaan in de peesaanhechtingen van de onderarmsspieren op het bot bij de elleboog. Bij een tennis elleboog (epicondylitis lateralis) is dit aan de buitenzijde van de elleboog. Bij een golfers elleboog is dit aan de binnenzijde van de elleboog. Deze beschadigingen leiden tot een chronische ontsteking. De klachten hangen vaak samen met overbelasting.

Klachten:

Er is een stekende pijn over de botpunten van de elleboog. Bij een tenniselleboog is het tegen weerstand in strekken van vingers en pols pijnlijk. Bij een golferselleboog is het tegen weerstand plooiën van vingers en pols pijnlijk. Ook draaibewegingen in de onderarm kunnen pijnlijk zijn. De klachten kunnen hardnekkig zijn.

Behandeling:

Meestal gaan de klachten met tijd en relatieve rust voorbij. Niet operatieve behandeling bestaat uit werkaanpassing, bracing, ontstekingsremmers, koelen, kinesitherapie en cortisone injecties. In verreweg de meest gevallen leidt een niet-operatieve behandeling tot een goed resultaat. In sommige gevallen blijft er echter pijn aanwezig en wordt er gekozen voor een operatie. Via een incisie van 3-5 cm worden de spieren benaderd. De pijnlijke spieraanhechtingen worden los gemaakt van het bot. Deze spieren trekken zich dan wat terug en verlitteken aan de omliggende spieren vast. Hieronder zitten ze niet meer vast aan de pijnlijke plaats en verdwijnt de pijn.

Nabehandeling:

U krijgt voor 7-10 dagen een verband. Dit moet proper en droog blijven. Nadien wordt dit samen met de hechtingen verwijderd. U moet de elleboog, pols en hand gewoon gebruiken. De pijn valt meestal mee maar kan tot 3 weken aanhouden.

Resultaat operatie:

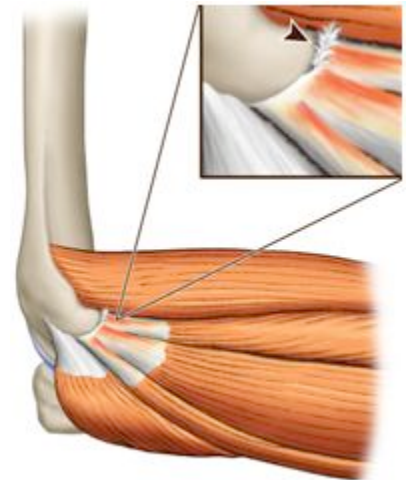
In 80-85% is er een goed resultaat. Soms komen de klachten terug door littekenvorming. U moet beseffen dat de kracht in de onderarm zo'n 15% verminderd. Voor de meeste mensen is dit geen probleem.

Risico's operatie:

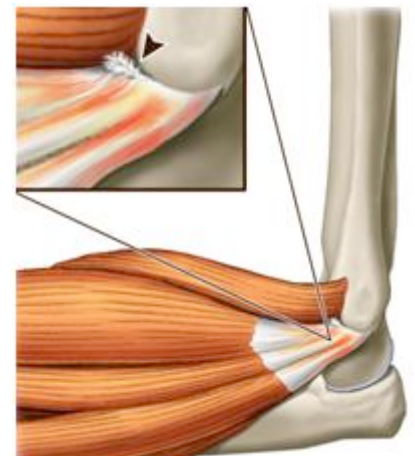
Het infectie risico is 1%. Dystrofie is bij elke operatie een klein doch vervelend risico. Persistierende klachten behoren tot de mogelijkheid.

Bijzonderheden:

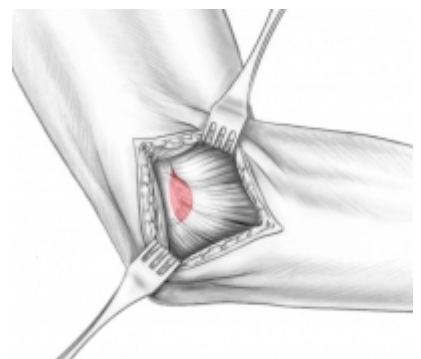
Indien u bloedverdunners gebruikt moet u hier 5-10 dagen op voorhand mee staken. Dit kunt u best in overleg met uw huisarts doen.



Bij een tenniselleboog zijn de aanhechtingen van de pols en vinger strekkers pijnlijk op de buitenzijde van de elleboog.



Bij een golferselleboog zijn de aanhechtingen van de pols en vinger plooiers pijnlijk aan de binnenzijde van de elleboog.



Via een zo klein mogelijke incisie worden de spieren benaderd en losgemaakt van het bot.