

Handtherapie

Multidisciplinaire aanpak van problemen met hand, pols en arm

Informatie
voor patiënten



De hand is ons belangrijkste werktuig en volgens sommigen zelfs ook ons belangrijkste zintuig. De hand functioneert door een ingenieus en minutieus samenspel van weefsels en structuren en is in staat een zeer grote diversiteit aan opdrachten van ons brein uit te voeren: met veel kracht werktuigen en machines bedienen, maar ook met grote snelheid, precisie en passie een instrument bespelen. Liefhebben, maar ook vechten. Doven 'praten' met hun handen, blinden 'lezen' ermee.

Door zijn bouw is de hand ook kwetsbaar. De botten, banden en spieren van de hand en onderarm zijn zeer nauw met elkaar verbonden. Hierdoor kan een schijnbaar klein letsel aan de hand of onderarm grote gevolgen hebben voor het dagelijks functioneren.

Wat is handtherapie?

Handtherapie is een specialisatie van ergotherapie en fysiotherapie en bestaat vaak uit een combinatie van beiden. Handtherapeuten zijn deskundig op het gebied van hand- en polsaandoeningen, anatomie, wondgenezing en de ontwikkelingen binnen de handchirurgie. Tot de taken van de handtherapeut behoren; het behandelen van klachten en aandoeningen van de hand/pols en arm, het reduceren van oedeem, het aanmeten, vervaardigen en aanpassen van (confectie-)spalken, het gebruik van protheses en het herkennen van complicaties.

Handtherapie is geïndiceerd als u beperkingen ervaart aan de hand, pols en/of onderarm ten gevolge van een ziekte, trauma, over- of onderbelasting en/of een onvolledige of vertraagde genezing.

Ergotherapie en/of fysiotherapie?

Een handtherapeut is een fysiotherapeut of ergotherapeut die voor de behandeling van klachten aan de hand en arm speciale scholing heeft gehad.

Een ergotherapeut/handtherapeut geeft adviezen en bekijkt of er aanpassingen nodig zijn, zodat u met uw (tijdelijke) beperking zo optimaal mogelijk kunt functioneren tijdens de uitvoering van uw dagelijkse activiteiten zoals werken, persoonlijke verzorging en de uitvoer van huishoudelijke taken en vrijetijdsbesteding. Ook bekijkt de ergotherapeut met u of er een goede balans is tussen het inzetten van de hand binnen activiteiten en het afwisselen hiervan met rustmomenten. Verder maakt de ergotherapeut spalken die de functie en inzet van de hand of pols kunnen ondersteunen.

Een fysiotherapeut/handtherapeut richt zich voornamelijk op functieherstel door middel van oefentherapie om de mobiliteit van gewrichten en spieren/pezen te verbeteren. Ook het verbeteren van de spierkracht, stabiliteit en coördinatie van de hand, pols en arm en littekenmassage behoren bij de fysiotherapeutische behandeling.

Soms lijkt de behandeling van ergo- en fysiotherapeut elkaar te overlappen, echter door de verschillende insteek, kunnen beide disciplines elkaar hier goed aanvullen en ondersteunen.

Samen stellen de ergo- en fysiotherapeut een gezamenlijk behandelplan op, waarbij behandeldoelen, prognose en tijdsplan zorgvuldig worden omschreven. Bij het behandelen werkt de handtherapeut nauw samen met de revalidatie arts, plastisch chirurg, neuroloog en de (orthopedisch) chirurg.

Eerstelijns ergotherapie (EEE)

Eenvoudige letsels aan hand en pols of enkelvoudige vragen vereisen geen uitgebreide of complexe behandeling en worden daardoor vaak alleen behandeld door een ergotherapeut/handtherapeut.

Raadpleeg uw verzekeringspolis voor de vergoeding van de eerstelijns ergotherapie.

Poliklinische revalidatie behandeling (PRB)

Complexere handproblemen komen in aanmerking voor de poliklinische revalidatie behandeling (PRB). De PRB bestaat uit op elkaar afgestemde therapieën (fysio- en ergotherapie), die erop gericht zijn de gevolgen van uw aandoening zoveel mogelijk te verminderen en u zoveel mogelijk van uw zelfstandigheid terug te geven. Afhankelijk van uw situatie verschillen de duur en frequentie van de behandeling en de therapieën die u krijgt. Begeleiding door maatschappelijk werk of psycholoog is ook mogelijk.

De PRB wordt gecoördineerd vanuit het specialisme Revalidatiegeneeskunde. Voor en/of tijdens het behandeltraject komt u op de polikliniek revalidatiegeneeskunde of op een handensprekkuur (HSU, zie verderop in de folder) bij de revalidatie arts. De revalidatie arts en de handtherapeuten stellen samen het behandelplan op en stellen dit zo nodig bij. Het bewaken van het behandelproces, het aanvragen van aanvullend onderzoek en het overleg met de verwijzend arts behoren tot de taken van de revalidatie arts.

Poliklinische revalidatie behandeling valt onder de basiszorg van uw verzekering.

Indicaties voor behandeling

Zeer uiteenlopende klachten van uw hand, pols en arm behoren tot het domein van de handtherapeut. Een aantal voorbeelden hiervan zijn fracturen van pols, hand of vinger, pees- en zenuwletsels, carpaal tunnel syndroom, M. Dupuytren, (huid)transplantaties, overbelastingsklachten, arthrose en complex regionaal pijn syndroom. Voor deze aandoeningen bent u vaak onder behandeling van een (orthopedisch) chirurg, plastisch chirurg, neuroloog of revalidatiearts. Deze arts verwijst u, indien er een indicatie bestaat voor handtherapie, door naar PRB óf eerstelijns ergotherapie.

Bij verwijzing naar PRB door een (plastisch) chirurg vindt er vaak eerst een poliklinische afspraak plaats met de revalidatie arts die vervolgens het revalidatietraject inzet. Bij eerstelijns ergotherapie wordt er na doorverwijzing contact met u opgenomen voor een afspraak. Eerstelijns ergotherapie kan ook op verwijzing van uw huisarts.

Handenspreekuur (HSU)

Alle patiënten die in behandeling zijn in de PRB worden één keer per zes tot acht weken gezien op een handenspreekuur (HSU). Hierin wordt door de revalidatie arts, ergo- en fysiotherapeut het behandelplan, de vooruitgang en eventuele problemen ten aanzien van de behandeling met u besproken. Eenmaal per maand neemt ook de plastisch chirurg deel aan dit spreekuur.

Handfunctie Analyse (HFA)

Wanneer er onduidelijkheid bestaat over de diagnostiek of de oorzaak van uw klachten, kan er een handfunctie analyse worden uitgevoerd. Op verzoek van een arts maken de handtherapeuten dan een uitgebreide analyse van de klachten en beperkingen die er bestaan. Deze analyse bestaat uit een uitgebreide beoordeling/onderzoek van uw arm/pols of hand. Hieruit volgt een advies over de behandel mogelijkheden, die met u wordt besproken tijdens een handenspreekuur. Deze behandeling valt onder de PRB.

Afspraak maken

Als er tijdens de poli afspraak bij de revalidatie arts afgesproken is dat u gaat deelnemen aan de PRB of dat er een handfunctie analyse zal worden uitgevoerd, dan zal de afspraak hiervoor per brief worden toegezonden. U hoeft dus zelf geen afspraak te maken. Heeft u toch vragen omtrent deze afspraak, dan kunt u contact opnemen met het secretariaat revalidatie, telefoonnummer (024) 365 87 68.

Als u door een specialist binnen CWZ wordt doorverwezen voor eerstelijns ergotherapie zal er contact met u worden opgenomen voor een afspraak. Heeft u zelf de verwijzing meegekregen of heeft u een verwijzing van de huisarts dan kunt u zelf contact opnemen voor het maken van een afspraak met het secretariaat ergotherapie, logopedie, fysiotherapie (024) 365 84 80.

De behandeling vindt plaats op de afdeling ergotherapie, fysiotherapie en logopedie op C18 in CWZ.

Handige telefoonnummers

Vragen over therapietijden of het afmelden voor een behandeling:
Secretariaat revalidatie (024) 365 87 68

Voor vragen direct aan een van de handtherapeuten:
*Secretariaat C18 ergo- en fysiotherapie en logopedie
(024) 365 84 80*

Adres en telefoonnummer

Canisius Wilhelmina Ziekenhuis Nijmegen
Weg door Jonkerbos 100
6532 SZ Nijmegen

Afdeling C18 ergo- en fysiotherapie en logopedie

Telefoon (024) 365 84 80
(iedere werkdag bereikbaar van 8.15 uur tot 16.30 uur)

Website: www.cwz.nl