

Een gebroken sleutelbeen bij uw baby

Tijdens de geboorte heeft uw baby een breuk in het sleutelbeen opgelopen. De medische term hiervoor is **claviculafractuur**. In deze folder leest u wat dit inhoudt en hoe u uw baby in de eerste weken na de geboorte het beste kunt verzorgen.

Een gebroken sleutelbeen

Als het sleutelbeen tijdens de bevalling gebroken is, is het botvlies dat om de botten heen zit, vaak nog heel. Hierdoor blijven de botdelen tegen elkaar liggen. Door de breuk kan uw baby pijn hebben, waardoor hij of zij zijn schouder en arm minder gebruikt. Vaak draait uw baby het hoofd naar de gezonde schouder.

Na een week ontstaat er een verdikking op de plaats van de breuk. Dat betekent dat de botdelen vanzelf weer aan elkaar groeien. Na 2 tot 3 weken is de breuk genezen.

Waar moet u op letten?

Een speciale behandeling is dus niet nodig. Om de breuk te laten herstellen is het belangrijk dat u de arm van uw baby de eerste twee weken voldoende rust geeft. Wees in deze periode voorzichtig met het dragen en verzorgen van uw baby, zodat u hem of haar niet onnodig pijn doet. De kinderfysiotherapeut in het ziekenhuis laat u zien hoe u uw baby het beste kunt verzorgen en hoe u het armpje daarbij kunt beschermen.

Wees niet bang om de arm aan te raken!

We raden u aan om de arm regelmatig aan te raken en te strelen. Zo wordt uw baby zich meer bewust van de arm. Hierdoor zal uw baby het armpje op den duur beter gebruiken.

Wat is een goede houding van de arm?

Zorg ervoor dat de arm van uw baby dicht bij het lichaam blijft. Dit kunt u doen door het armpje op de borst van uw baby te leggen met het handje bij zijn mond. Het voordeel van deze houding is bovendien dat uw baby zijn eigen gezicht kan voelen en ook op zijn vingertjes kan sabbelen.

Het is prettig voor uw baby als zijn handjes elkaar kunnen raken. Als uw baby pijn aangeeft, kunt u de arm extra ondersteunen door de mouw op de borst aan het truitje vast te spelden met een veiligheidsspeld. Eventueel kunt u uw baby op een kussen leggen en zo aan de kraamvisite geven.

Welke houdingen kunt u beter vermijden?

- U mag de aangedane arm niet te ver optillen. De hoek tussen de romp en de bovenarm van uw baby mag niet groter worden dan 90 graden (haakse hoek).
- Laat de arm van uw baby niet naar achter hangen. Zo voorkomt u dat het hele gewicht van de arm aan de schouder hangt.
- Trek uw baby niet aan de armpjes omhoog.
- Vermijd om uw baby onder de oksels op te tillen.
- Laat uw baby de eerste 2 weken niet op de buik liggen.

Welke houdingen mogen wel?

Als uw baby geen pijn aangeeft, mag hij zowel op zijn rug als op beide zijden liggen. De eerste 2 weken bij voorkeur alleen op de rug. U kunt een opgevouwen handdoekje onder de arm van uw baby leggen, als extra steun.

Wat is een goede slaaphouding?

Tijdens het slapen ligt uw baby op zijn rug. Let u er wel op dat zijn hoofdje per slaapbeurt afwisselend naar links en naar rechts ligt. Als uw baby zijn hoofd steeds naar de gezonde kant draait, dan kunt u een opgerolde handdoek onder de gezonde schouder en naast het hoofdje leggen. Uw baby kan zijn hoofd dan niet terugdraaien naar de goede schouder.

Waar let u op bij het baden?

Bij het baden kunt u uw baby het beste vasthouden bij het hoofd en de schouders. U laat het hoofd op uw pols rusten en met uw vingers ondersteunt u de bovenarm van de aangedane schouder. Let er op dat de aangedane arm niet teveel naar beneden wegzakt. Met uw andere arm ondersteunt u de billen. Als u een antislipmatje op de bodem van het bad legt, hoeft u de billen niet te ondersteunen. U heeft dan een arm vrij om uw baby te wassen.

Afdrogen

Let bij het afdrogen goed op dat de okselplooien droog zijn. Hiervoor mag u de aangedane arm gerust een stukje optillen. Zolang u er maar voor zorgt dat de hoek tussen de bovenarm en de romp van de baby niet groter wordt dan 90 graden.

Hoe kunt u uw baby het beste aan- en uitkleden?

U kunt het beste aan het voeteneind van uw baby gaan staan tijdens het aan- of uitkleden. We adviseren u bij het aankleden eerst de aangedane arm in de mouw te doen en dan de gezonde arm. Bij het uitkleden is het precies andersom: u haalt eerst de gezonde arm uit de mouw en daarna de aangedane arm.

Hemdjes en truitjes met een wijde hals of overslaghemdjes vergemakkelijken het omkleden.

Hoe kunt u uw baby optillen?

U kunt uw baby het beste optillen met een hand onder de billen of in het kruis. De andere hand houdt u rond de schouders en het hoofd. Bij het optillen is het vaak prettig uw baby eerst een beetje naar de gezonde zijde te draaien, zodat de aangedane arm op de buik van uw baby blijft liggen. Met uw arm die rond de schouder van uw baby ligt, kunt u het handje op de buik vasthouden.

Hoe kunt u uw baby dragen?

Tegen u aan

U kunt uw baby het beste dragen met de aangedane arm van uw baby tegen u aan. Zo houdt u het armpje met uw lichaam zijn plaats. De aangedane arm legt u op de borst van uw baby.

Als u uw baby met de gezonde zijde tegen u aan draagt, let er dan op dat u uw arm rond de schouders van uw baby legt. Dit houdt de aangedane arm op de juiste plaats. Met uw andere hand ondersteunt de billen.

Rechttop tegen uw schouder

Wanneer u uw baby (voor een boertje) rechttop tegen uw schouder houdt, dan kunt u uw baby het beste ondersteunen met een hand onder de billen. Met uw andere hand ondersteunt u de aangedane arm, zodat de elleboog gebogen blijft.

Heeft uw baby zijn rechter sleutelbeen gebroken, draagt u dan uw baby tegen uw rechterschouder. Is de linker sleutelbeen gebroken, dan draagt u uw baby tegen uw linkerschouder.

Hoe geeft u borstvoeding?

We raden u aan om bij de borstvoeding uw baby op een kussen te leggen. Zo ligt uw baby op een goede hoogte en hoeft het nauwelijks op de zij te draaien. Als het draaien op de aangedane zijde te pijnlijk is, dan laat u uw baby op de gezonde zijde liggen. U verplaatst dan het kussen van de ene naar de andere borst.

Let u er op dat de armpjes bij het voeden op de buik of borst van uw baby liggen.

Hoe zet u uw baby in een autostoeltje?

Bij vervoer in een autostoeltje adviseren wij u de aangedane arm op een opgevouwen handdoekje te leggen of het mouwtje vast te spelden aan het truitje ter hoogte van de borst. Dit voorkomt dat de schouder en arm te ver naar achteren zakken.

Na de eerste twee weken

Na de eerste twee weken mag uw baby meer bewegen. U mag de arm rustig aan hoger optillen dan een hoek van 90 graden. Als de beweging pijn geeft, mag u niet verder bewegen. De kinderfysiotherapeut van het ziekenhuis heeft u na de bevalling daarover geadviseerd.

Een aantal weken na ontslag uit het ziekenhuis heeft uw baby een controle afspraak bij de kinderarts en soms bij de kinderfysiotherapeut op de polikliniek. Gewoonlijk is de arm dan geheel genezen.

Meer informatie

Heeft u nog vragen of wilt u meer informatie, neemt u dan contact op met de kinderfysiotherapeut van het Maasziekenhuis. De afdeling Fysiotherapie is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 17.00 uur via telefoonnummer 0485-84 52 55.