

Wat is een peesverkalking?

Dit is een neerslag van kalkkristallen in een pees. In de schouder komen deze verkalkingen met name voor in de 'rotator cuff'. Meestal is dit het gevolg van een langdurige irritatie van deze pees.

Een verkalking in de pezen staat los van zaken als voeding, botontkalking of aderverkalking. Ook leeftijd is geen specifieke factor.

Er zijn verschillende soorten verkalkingen.

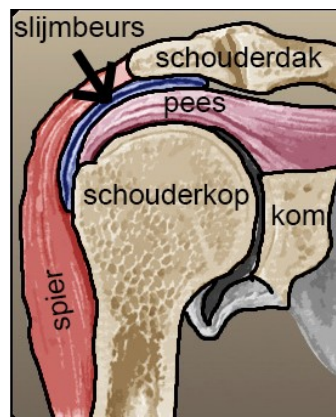
- *Harde kalk*, zoals een steentje.
- *Stugge kalk*, zoals stopverf.
- *Diffuse kalk*, allemaal kleine korreltjes

Het kan zijn dat er één verkalking is maar soms zijn er ook meerdere in dezelfde pees te vinden.

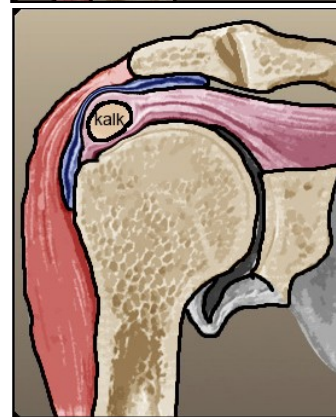
Wat is het gevolg van een peesverkalking?

De peesverkalking neemt ruimte in in de pees die de 'rotator cuff' heet en moet tijdens bewegingen (met name het heffen van de arm) met deze pees onder het schouderdak door lopen. Wanneer de verkalking niet onder het schouderdak door past raakt deze bekneld en dat gaat vaak gepaard met een behoorlijke pijn(scheut) en soms een blokkade. Wanneer de verkalking meerdere keren achter elkaar inklemt gebeurt het vaak dat er een ontsteking van de pees en soms ook van de slijmbeurs ontstaat waardoor de schouder bijna continu pijnlijk is.

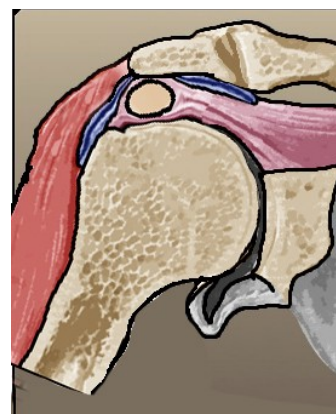
Anatomie van de schouder



Een verkalking in de pees



De verkalking komt bij het omhoog bewegen van de arm tegen het schouderdak



De behandeling

Voor het behandelen van verkalkingen passen wij injecties toe. Door onder echogeleide de punt van de naald in de verkalking te brengen kan er zeer gericht hier een mix van een verdoving en een geneesmiddel (ontstekingsremmer) worden ingespoten. Soms is te zien dat de verkalking breekt tijdens het inspuiten. Het geneesmiddel dempt enerzijds de irritatie van de pees af waardoor de pijn van een eventuele ontsteking wordt weggenomen.

Anderzijds, in veel gevallen zien we ook dat de verkalking wordt afgebroken en het komt ook voor dat de verkalking uiteindelijk geheel verdwijnt.

Het succes en de mate van succes van de behandeling is uiteraard wisselend, maar bij ongeveer 80% van de behandelde patiënten ontstaat een goede pijnvermindering en een goede verbetering van de beweeglijkheid.

Na de behandeling

Na het injecteren van de peesverkalking is rust van groot belang. Door het inspuiten van de ontstekingsremmer ontstaat een tijdelijke verzwakking van de pees. Wanneer men in die periode een grote belasting van de schouder vraagt kunnen er complicaties ontstaan. Het is verstandig om na de behandeling

de schouder ongeveer 3 dagen volledig te ontzien. Wanneer u dit moeilijk vindt is het raadzaam om een mitella te dragen. Na de periode van 3 dagen mag de schouder langzaam meer gaan bewegen, maar met name bovenhandse en reikbewegingen dienen vermeden te worden. Ook wanneer de klachten over lijken te zijn. Dit betekent niet dat de schouder al helemaal genezen is.

Wat als belangrijkste richtlijn aangehouden moet worden is de pijn in de schouder. Wanneer u te snel of te veel vraagt van de schouder zal deze reageren met pijn. Het is belangrijk deze pijn niet te negeren. Wanneer u door de pijn heen beweegt is de kans groot dat u weer een (nieuwe) irritatie veroorzaakt waardoor het herstel belemmerd wordt. Let dus ook goed op met pijnmedicatie!

Na de infiltratie van de peesverkalking is er een aanwezige kans dat er napijn ontstaat. Door de meegespoten verdoving zal er in eerste instantie nog geen napijn zijn. Wanneer deze verdoving uitwerkt na een aantal uur kan er alsnog napijn ontstaan. Dit is een normale reactie van het lichaam waar u zich geen zorgen over hoeft te maken. De napijn kan enkele uren, maar soms ook een aantal dagen aanhouden. Als u zich toch zorgen maakt mag u altijd contact opnemen met de praktijk.

Om deze napijn tegen te gaan mag u gewoon uw normale pijnmedicatie gebruiken.

Het geneesmiddel heeft een werkingsduur van 2 tot 3 weken. In deze periode kan de verbetering ontstaan. Dit kan al na 1 dag zijn maar misschien ook pas aan het eind van de werkzame periode. Na deze periode kan de pijn, nadat deze minder is geweest toch weer toenemen. Dit is een normaal verloop en houdt in dat er nog restproblemen zijn.

Na 4 of 5 weken volgt er een controle echo waarbij we opnieuw de schouder zullen bekijken. Veelal is 1 behandeling niet voldoende voor een volledig herstel. 2 of 3 behandelingen zijn hierbij gangbaar.

Afsluitend

Voor meer informatie kunt u ook onze website (<http://www.echografiepraktijk.nl>) bezoeken.

Voor ieder onderzoek, ongeacht of dit een controle betreft, hebben wij een nieuwe (röntgen-)verwijzing nodig van uw huisarts.

De aanvragend arts (meestal de huisarts) ontvangt binnen enkele dagen de uitslag. Het is ook mogelijk een kopie van de uitslag te ontvangen ten behoeve van bijvoorbeeld een fysiotherapeut of bedrijfsarts.

Versie 2, 2017



Informatiefolder Schouder:

Verkalking in de pees — ***Tendinitis calcarea***

Echografiepraktijk TwentheCentrum
TwentheCentrum
Twenthe-Plein 1-L
7607 GZ Almelo

Telefoonnummer: 0546-451230
Fax: 0546-451707
E-mail: info@echografiepraktijk.nl
Website: www.echografiepraktijk.nl