Aandoening

Golferselleboog (epicondylitis medialis)

Bij een golferselleboog heeft u pijn aan de binnenzijde van uw elleboog. De pijn kan uitstralen naar uw onderarm en pols. De klachten ontstaan wanneer u de buigspieren van uw onderarm aanspant.

Rond het ellebooggewricht hechten veel spieren aan. Een golfelleboog kan ontstaan als u vaak dezelfde beweging maakt met uw arm. De plek waar de pezen van de buigspieren vasthechten aan de bovenarm raakt dan overbelast. Een golfelleboog komt minder vaak voor dan een tenniselleboog (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tenniselleboog).

Onderzoeken

De arts luistert naar uw klachten en doet lichamelijk onderzoek. Vaak maken we nog een röntgenfoto om andere oorzaken uit te sluiten.

Behandelingen

Meestal gaat een golfelleboog vanzelf over binnen 6 maanden tot 2 jaar.

Er zijn diverse behandelmogelijkheden, zoals rust, rekoefeningen, ontstekingsremmers, fysiotherapie of injectietherapie.

Heeft u al lang klachten? Dan kan een rustspalk of gips de klachten soms verminderen.

Blijft u, ondanks deze behandelingen, langer dan 6 maanden klachten houden? Dan kan een operatie nodig zijn.

Golferselleboog operatie

Bij een golferselleboog krijgt u heel soms een operatie.

Heeft u langer dan 6 maanden last van een golferselleboog (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/golfelleboog-epicondylitis-medialis)? Dan adviseert de orthopedisch chirurg in uitzonderlijke gevallen een operatie. In 90 procent van de gevallen is deze operatie succesvol.

https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/golferselleboog-operatie

Poliklinieken en afdelingen

Orthopedie

Het team van professionals van het specialisme Orthopedie behandelt mensen met problemen aan gewrichten, botten, spieren en pezen.

https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/orthopedie

Code ORP-064

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis