Aandoening

Peesontstekingen onderarm/pols (tendinitis)

Een peesontsteking aan de onderarm of pols kan ontstaan door langdurige overbelasting van de spieren. De belangrijkste klacht is pijn bij het bewegen van de pols of hand.

Spieren zijn door middel van pezen aan de botten verbonden. Deze pezen kunnen geïrriteerd raken als ze overbelast worden. Er kan dan een peesontsteking ontstaan. Sommige pezen worden op hun plaats gehouden door een 'peeskoker'. Als zo'n pees door irritatie wat gezwollen raakt, kan deze in zijn koker bekneld raken. We spreken dan van een peesschedeontsteking (tendovaginitis).

Een peesschedeontsteking kan een trigger finger (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/trigger-finger) veroorzaken als de pees in zijn koker blokkeert. De vinger blijft dan in gebogen stand vast zitten. Als de strekpezen van de duim bekneld raken, kan een peesirritatie van de Quervain (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/peesirritatie-van-duim-en-pols-de-quervain) ontstaan.

Onderzoeken

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

Behandelingen

Meestal adviseren we u eerst rustig aan te doen met uw onderarm en pols. Eventueel kunt u een spalk gebruiken om de pols en hand in de goede stand te houden.

U kunt ook een korte tijd ontstekingsremmers gebruiken. Soms krijgt u een eenmalige injectie met corticosteroïden.

Heeft u een peesschedeontsteking die niet over gaat met bovenstaande behandelingen? Dan kan een operatie nodig zijn.

Operatie bij peesschede-ontsteking

Bij een peesschedeontsteking krijgt u heel soms een operatie.

Als andere behandelingen bij een peesschedeontsteking niet helpen, dan kunnen we u een operatie adviseren. In 90% van de gevallen geeft deze ingreep een goed resultaat.

https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/operatie-bij-peesschede-ontsteking

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-083

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis