

Aandoening

# Vochtophoping (oedeem) in arm of hand na een beroerte (CVA)

In de eerste weken tot ongeveer 4 maanden na een beroerte (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/beroerte-cva>) kunt u vochtophopingen (oedeem) krijgen in uw arm of hand.

De kans is groter als u uw arm en hand niet kunt bewegen, maar ook als u zich niet automatisch bewust bent van uw arm en hand. Doordat u niet (voldoende) kunt bewegen, mist u de zogenaamde spierpomp. Deze spierpomp zorgt er mede voor dat het vocht dat door het lichaam gemaakt is, teruggevoerd wordt naar het hart.

Een belangrijke oorzaak voor oedeem is dat uw hand meestal lager is dan uw hart. Een andere belangrijke oorzaak is dat u uw hand niet of minder goed kunt bewegen.

Als u zich niet automatisch bewust bent van uw armen en handen na uw CVA kunt u een verkeerde houding aannemen. Uw pols kan dan als u zit of ligt teveel gebogen worden. De vochtafvoer wordt dan tegengehouden.

## Onderzoeken

Ziet u zelf of uw naasten dat uw hand dikker wordt, meldt u dit dan meteen aan de verpleegkundige of uw therapeut.

## Behandelingen

De behandeling bestaat uit oefeningen die u van de ergotherapeut leert. Ook kunnen we een polsspalk aanmeten die u overdag en/of 's nachts draagt. Soms zwachtelen we de hand en heel soms raadt de arts een steunkous aan.

- U en uw naasten krijgen uitleg over de oedeem-oefeningen. Deze moet u 3 tot 5 keer per dag doen. Draag de polsspalk zoals uw ergotherapeut u heeft uitgelegd.
- Waarschuw bij (pijn)klachten altijd de verpleegkundige. Als het nodig is, overlegt zij met uw therapeut en/of uw arts.
- Iedereen, dus ook u en uw naasten, moeten aandacht hebben voor de goede houding van uw arm en hand:
  - Zorg ervoor dat u de hand niet stoot, bijvoorbeeld als u zich verplaatst.
  - Laat uw hand niet langdurig naar beneden hangen, bijvoorbeeld over de rand van het werkblad of als u in bed ligt. Leg dan een kussen onder uw arm. Probeer letsel aan uw hand of vingers te voorkomen. Let er vooral op dat uw pols niet naar beneden geknikt ligt.

# Poliklinieken en afdelingen

## Revalidatiegeneeskunde (Tolbrug)

Tolbrug is het regionale expertisecentrum voor revalidatie in noordoost Brabant. U kunt zowel poliklinisch (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/poliklinische-revalidatie-voor-volwassenen>) als klinisch (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/klinische-revalidatie>) revalideren.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/tolbrug-revalidatiegeneeskunde>

Code REV-151