INFORMATIE OVER

Lichte polsbreuk of torusbreuk bij kinderen

Uw kind heeft een kleine breuk in de pols. Dit heet een torusbreuk. Dat betekent dat het bot een beetje is gebogen. Uw kind krijgt een tubigrip en een sling. Deze helpen bij het genezen. Een tubigrip is een strakke, rekbare band om de pols. Een sling is een doek, net als een mitella, om de arm in te laten rusten.

Samenvating

- Uw kind heeft een kleine breuk in de ellepijp of het spaakbeen. Dit is bij de pols.
- De breuk geneest meestal goed.
- Een bezoek aan de polikliniek is vaak niet nodig.
- Als de pols minder pijn doet, mag de sling af.
- De tubigrip mag na 1 week af. Als de pols nog pijn doet, mag uw kind de tubigrip ook nog in week 2 dragen.
- Laat uw kind de pols veel bewegen na 1 of 2 weken. Zo blijft de pols soepel.

De behandeling

Deze breuk komt vaak voor bij kinderen. De behandeling is een tubigrip (strakke bandage) en een sling (mitella).

Week 1: Gebruik de sling. Als de pols minder pijn doet, mag u de sling weghalen.
Laat de tubigrip nog zitten.

Tussen week 1 en 2: Als de pols bijna geen pijn meer doet, mag u ook de tubigrip weghalen.

Week 3 en 4: Laat uw kind de pols weer rustig bewegen. Gebruik geen tubigrip meer.

Na 4 weken: Uw kind mag weer sporten.

Instructies voor herstel

Volg de volgende instructies voor een zo goed mogelijk herstel.

Houding van de arm

- Gebruik de tubigrip en sling om de arm goed te ondersteunen.
- Uw kind mag de sling afdoen als de pols minder pijn doet.

Gebruik van Tubigrip

- Doe de tubigrip na 1 week af. Als de pols nog pijn doet, mag uw kind de tubigrip ook in de tweede week nog dragen.
- Gebruik de tubigrip niet langer dan 2 weken.

Beweging

- Laat uw kind na 1 of 2 weken de pols zo veel mogelijk bewegen. Dit helpt om de pols niet stijf te maken.
- Na 3 weken mag uw kind de pols weer normaal gebruiken. Stop als het te veel pijn doet.

Douchen en verzorging

- Als uw kind gaat douchen, mag de tubigrip af.
- Droog de arm goed af voordat de tubigrip weer wordt aangedaan.

Paracetamol bij pijn

- Als uw kind pijn heeft, mag u paracetamol geven. Wacht niet met paracetamol geven totdat uw kind te veel pijn heeft.

Herstel

- Een controleafspraak op de polikliniek is vaak niet nodig. Als uw kind veel pijn heeft en die pijn niet minder wordt, bel dan de Breuklijn. Als een controle dan toch nodig is, maken we een afspraak.
- Meestal is de pols na enkele weken hersteld.

Oefeningen

- Probeer uw kind de pols te laten bewegen. Stop als het te veel pijn doet. Speciale oefeningen zijn niet nodig.

Vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan contact op met de Breuklijn.

Telefoonnummer Breuklijn: 020 – 634 6195

De Breuklijn is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag:
9.00 tot 12.00 uur en 13.00 tot 16.00 uur.

Heeft u vragen over de vergoeding of betaling? Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of kijk op onze website bij ‘Kosten en verzekering’.

Afdelingen

Spoedpost

Telefoonnummer	020-634 6200
Openings- en bezoektijden	24 uur per dag
Route	Via ingang Spoedpost (achterzijde van het ziekenhuis)

https://www.bovenij.nl/aandoening-behandeling/torusbreuk-bij-kinderen/lichte-polsbreuk-of-torusbreuk-bij-kinderen
Deze download is gemaakt op 31-10-2026 om 13.03 uur.