

Protocol

Teenletsel II-V



Anamnese (subjectief)

Algemene vragen Wat, waar, hoe, wanneer en waarom?	• Hoe is het teenletsel ontstaan? • Wat is er gebeurd? • Wanneer is het gebeurd? • Waar heeft u precies pijn? • Hoe erg is de pijn?
Specifieke vragen	• Wat heeft u zelf al gedaan? • Kunt u de voet nog goed afwikkelen? • Is de stand van de teen afwijkend (geweest)?
Hulpvraag patiënt	• Wat is voor u de reden van het contact?
Voorgeschiedenis	• Heeft u eerder teenletsel gehad?
Medicatie	• Gebruikt u bloedverdunners?
Allergieën	• Bent u allergisch voor pijnmedicatie? • Bent u allergisch voor verbandmateriaal of pleisters?

Onderzoek (objectief)

Inspectie patiënt ABCDE-check	• Bij teenletsel worden geen ABCDE-problemen verwacht.
Controles	• Controles op indicatie.
Lichamelijk onderzoek	• Inspectie • Bewegingsonderzoek • Palpatie

Evaluatie

Werkdiagnose	• Teenfractuur: een pijnlijke, gezwollen teen met functio laesa, asdrukpijn van de aangedane teen en compressiepijn ter plaatse van de fractuur.
Differentiaaldiagnose	• Teencontusie: teenletsel na een trauma zonder kenmerken voor een fractuur. • Contusie, luxatie of (verdenking op) fracturen in de enkel of elders in de voet: zoals in de metatarsalen of tarsalia.
ICPC-code	• L17 - Voet/teen symptomen/klachten • L74.02 - Fractuur ossa phalanges voet

Plan

Overleg met de huisarts

- ABCDE-problemen
- Trauma of klachten van dig. I
- Afwijkende stand
- Twijfel over een traumatische wond
- Nagelluxatie
- Hematoom onder de voetzool
- Asdrukpijn die doortrekt naar de middenvoetsbeentjes en/of compressiepijn van het MTP-gewricht
- Afwijkende capillaire refill tijd

Behandeling

Niet-medicamenteus

- Aanleggen buddytape

Medicamenteus

- Pijnmedicatie

Informatie voor de patiënt

- Beantwoord de hulpvraag van de patiënt.
- Het heeft geen zin om een röntgenfoto te maken. Dit verandert het beleid niet.
- Een gebroken teen II-V heeft een goede prognose. Er is meestal volledig herstel van pijn en functionaliteit.
- De gemiddelde genezingsduur van teenletsel is twee tot vier weken.
- Het advies is om stevige schoenen met stevige zolen te dragen en te belasten op geleide van de pijn.
- Laat de patiënt zien hoe deze zelf een buddytape kan aanleggen, om deze thuis zelf te kunnen vervangen. De patiënt kan gewoon doorlopen met een buddytape.
- Indien gewenst kan de patiënt paracetamol gebruiken tegen de pijn. Adviseer een NSAID indien dit onvoldoende helpt.
- Verwijs de patiënt voor meer informatie over een gebroken of gekneusde teen naar thuisarts.nl.

Controle/vervolg

- Niet van toepassing.

Vangnetadviezen

- Laat de patiënt de buddytape losmaken als deze te strak zit.
- Laat contact opnemen met de huisartsenpraktijk bij aanhoudende of toenemende pijnklachten.
- Ook bij forse beperkingen in beweging na adequate behandeling moet de patiënt contact opnemen.