

In het kort

- Bij een malletvinger (of hamervinger) kunt u het kootje aan de top van uw vinger niet strekken.
- De pees is afgescheurd. Soms is er ook een stukje bot afgebroken.
- U krijgt 6 tot 8 weken een spalk om uw vinger.

Wat is een malletvinger?

In elke vinger zitten drie kleine botjes. Dit noemen we vingerkootjes. Tussen die vingerkootjes zitten de vingergewrichten. Die gewrichten zorgen er voor dat een vinger kan buigen en strekken. We spreken van een malletvinger als u het kootje aan de top van uw vinger niet meer kunt strekken. Dit komt doordat de pees is afgescheurd. Soms is er ook een stukje bot afgebroken. Een malletvinger wordt ook hamervinger genoemd.

Wat zijn de verschijnselen van een malletvinger?

Bij een malletvinger blijft uw vingertopje gebogen als u de vinger strekt. Uw vinger lijkt dan een beetje op een hamertje, daarom noemt men deze aandoening ook wel hamervinger. Eerst voelt u er weinig van, maar later kan het pijn gaan doen. Het gewricht aan de vingertop kan wat dikker worden. Op een röntgenfoto van de vinger is te zien of alleen de pees is afgescheurd of dat er ook een stuk bot is afgebroken.

Hoe ontstaat een malletvinger?

Een malletvinger ontstaat wanneer de vingertop met kracht wordt omgebogen, bijvoorbeeld door hard stoten. Bij het omknakken van de vingertop kan de strekpees die vastzit aan het vingerkootje afscheuren. Soms breekt ook het stukje bot waar de pees aan vastzit af van het bovenste vingerkootje. Meestal gebeurt dit tijdens sporten. Een malletvinger komt bijvoorbeeld vaker voor bij rugbyspelers, basketballers, voetbalkeepers en volleyballers. Maar het kan ook opeens gebeuren bij gewone huishoudelijke handelingen, zoals het opmaken van een bed. Bij ouderen kan het licht stoten van een vinger al een 'knikje' geven waardoor een malletvinger ontstaat.

Adviezen bij een malletvinger

- Bij een malletvinger moet u gedurende zes tot acht weken dag en nacht een spalk dragen. Houd die periode ook vol.
- De eerste zes tot acht weken mag u de vinger beslist niet buigen.
- Hierna kan de spalk er overdag af en mag u heel voorzichtig weer beginnen met buigen en strekken.
- 's Nachts moet u de spalk nog 2 weken langer dragen.

Medicijnen bij een malletvinger

U kunt zo nodig een pijnstiller gebruiken, bijvoorbeeld als u door de pijn niet goed kunt slapen. Gebruik bij voorkeur paracetamol, maximaal 4 keer per dag 1000 mg.

Hoe gaat het verder met een malletvinger?

Na verwijderen van de spalk kunt u de vinger voorzichtig weer gaan bewegen. Gaat uw vingertop dan toch weer krom staan? Als u hier geen last van heeft, dan kunt u ervoor kiezen om het niet verder te behandelen. Houdt u wel hinderlijke klachten? Dan kan een operatie helpen. Dit gaat altijd in overleg met uw zorgverlener.