



Neem de aap niet op de schouder!

Het schouderonderzoek, en dan?

Vincent de Groot
Kaderhuisarts bewegingsapparaat



Wie ben ik?



Praktijkhoudend huisarts in Franeker, Frl

Kaderhuisarts Bewegingsapparaat

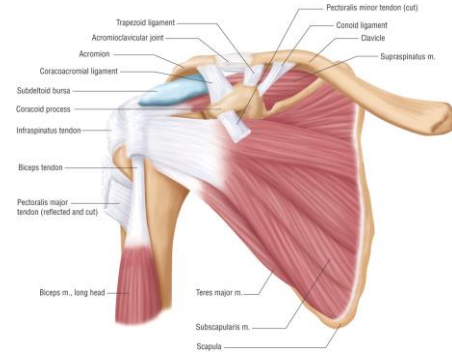
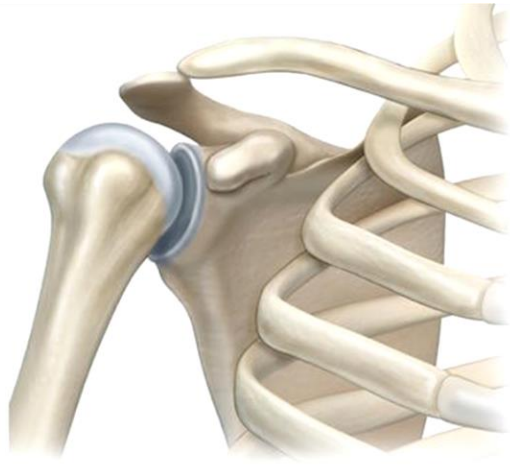


Disclosures

Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties	Zie hieronder
<ul style="list-style-type: none">• Sponsoring of onderzoeksgeld• Honorarium of andere (financiële) vergoeding• Aandeelhouder• Andere relatie (hospitality, adviesraad, etc)	Geen sponsoring of aandelen

Praktische informatie

- Onderwijs over het schoudergewricht en de bijhorende aandoeningen adhv NHG-standaard schouderklachten
- Oefenen of demonstratie van onderzoek van het schoudergewricht

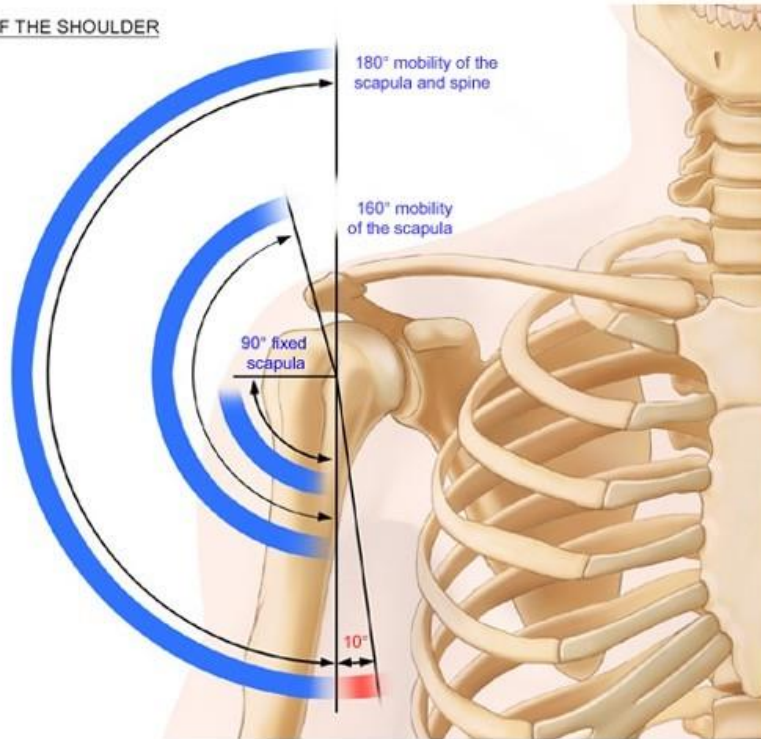


Leerdoelen?

- **Het leren van een degelijk lichamenlijk onderzoek van de schouder**
- **Onderscheiden van diverse schouderaandoeningen en herkennen bij welk schouderonderdeel dit past**
- **Wat kunnen we er vervolgens mee?**

Bewegingsuitslagen

RANGE OF MOTION OF THE SHOULDER
(anterior view)



Wat zegt de standaard?



NHG-Richtlijnen

☰ MENU

🔍 Zoek op zoekterm of ICPC code

[Home](#)

NHG-STANDAARD Mo8 Published: oktober 2019 Laatste aanpassing: [december 2019](#)

Schouderklachten

NHG-werkgroep:

Damen GJ, Koel G, Kuijpers T, Ottenheijm RP, Schellingerhout JM, Van den Donk M, Winters JC, Wittenberg

J

Indeling naar 3 type schouderklachten:

- **Subacromiaal pijnsyndroom**
- **Glenohumeraal gewrichtsprobleem**
- **Overige schouderaandoeningen**

anamnese

klachtenpatroon

- duur, start, beloop
- trauma
- ernst en ervaren hinder
- zelfzorg
- verleden
- werk, sport

lokalisatie

- plaats, uitstraling
- provocerende bewegingen
- instabiliteitgevoel
- nekklachten

onderzoek en diagnose

onderzoek

- actieve abductie
- passieve abductie
- passieve exorotatie
- palpatie AC
- mobiliteit CWK en CTO

diagnose

- subacromiaal pijnsyndroom
- glenohumerale klachten
- overig

oefenen

palpatie

- clavicula
- acromion
- coracoid
- soft spot
- AC

bewegingsonderzoek

- CTO
- exorotatie
- abductie
- scapulo-thoracaal ritme

NHG-standaard

- Exorotatie beperkt = GH aandoening
- Abductie probleem = subacromiaal probleem

gleno-humerale aandoeningen

exorotatie beperkt

- capsulitis
- artrose
- artritis

exorotatie niet beperkt

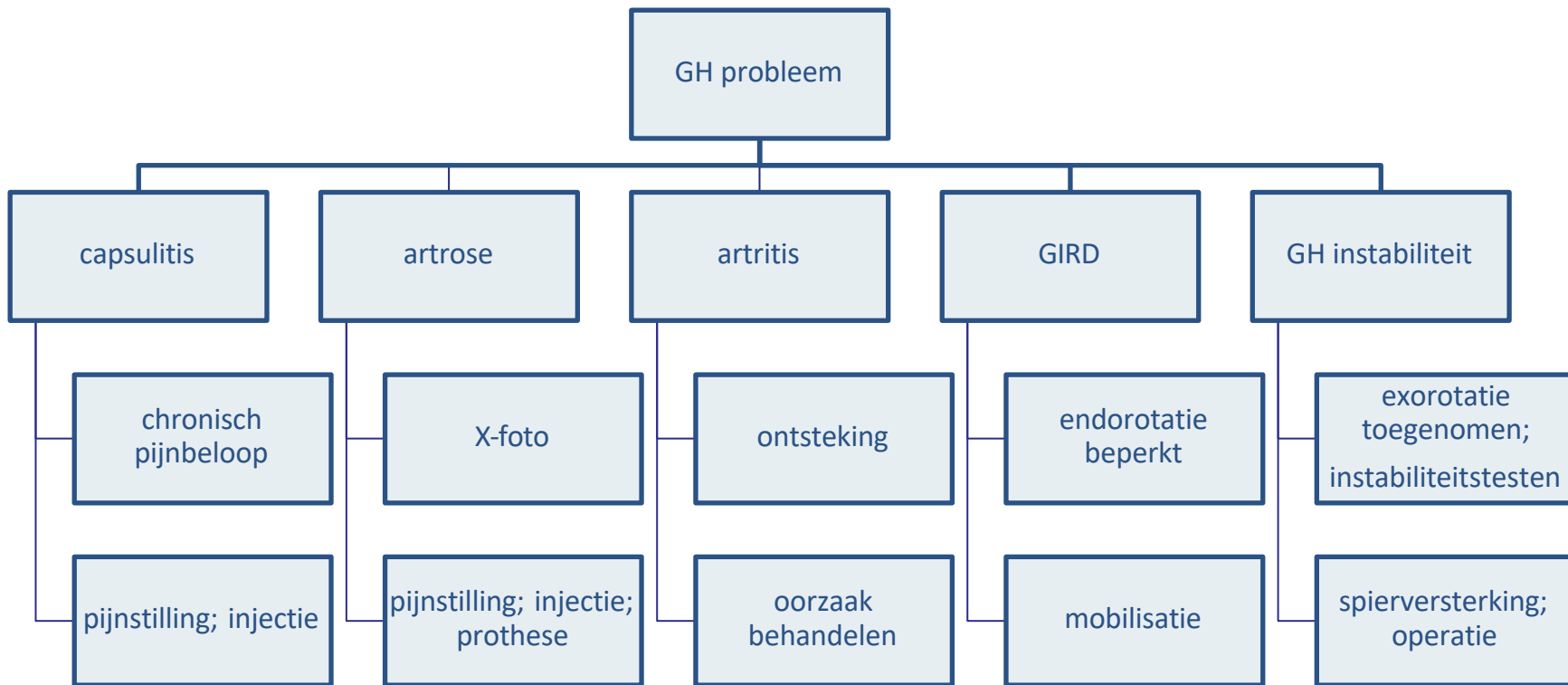
- GH instabiliteit
- GIRD

Gleno humerale aandoeningen

Exorotatie beperkt

Capsulitis	Artrose	Artritis
-Pijn bij de meeste bewegingen	Pijn bij belasting	Continue pijn
Beloop in fases - Bevriezen - Bevroren - Ontdooien	Chronisch beloop	(sub) acuut ontstaan
Geen ontsteking	Geen ontsteking	Ontsteking
Geen warmte	Soms warmere schouder	Warme schouder

Exorotatie



SAPS = afwijking + impingement

structureel

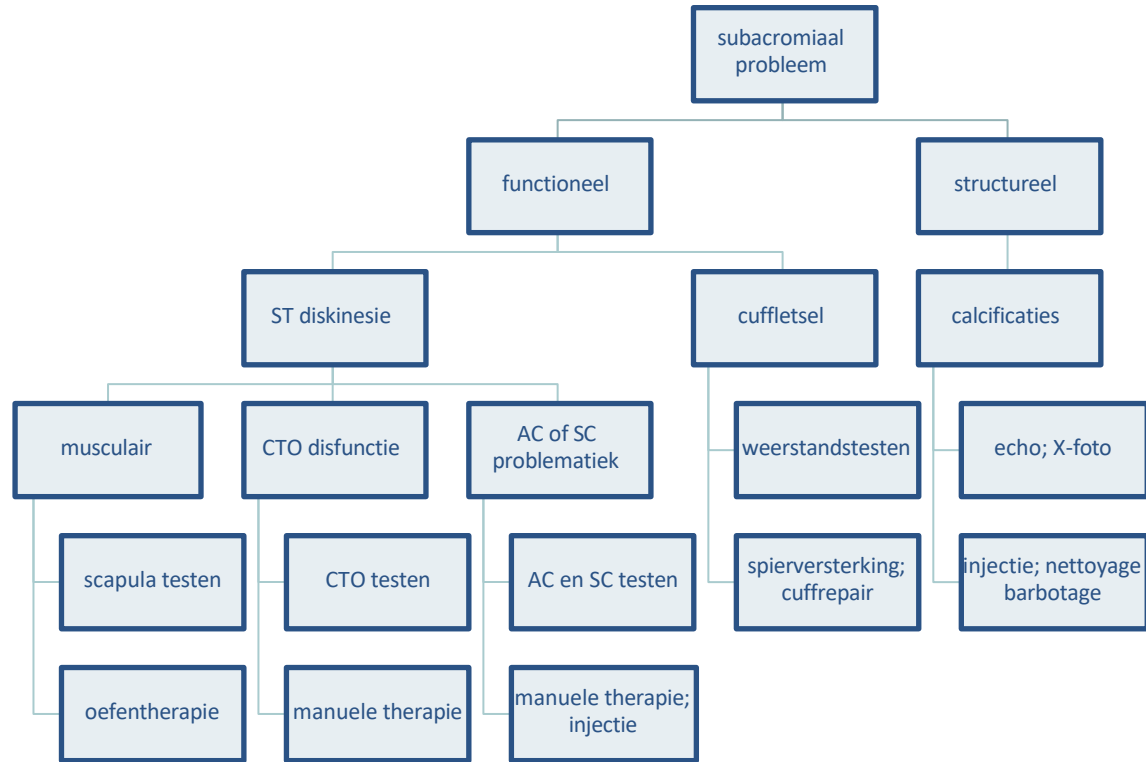
- calcificerende tendinopathie
- spurvorming

functioneel

- chronische bursitis
- tendinitis

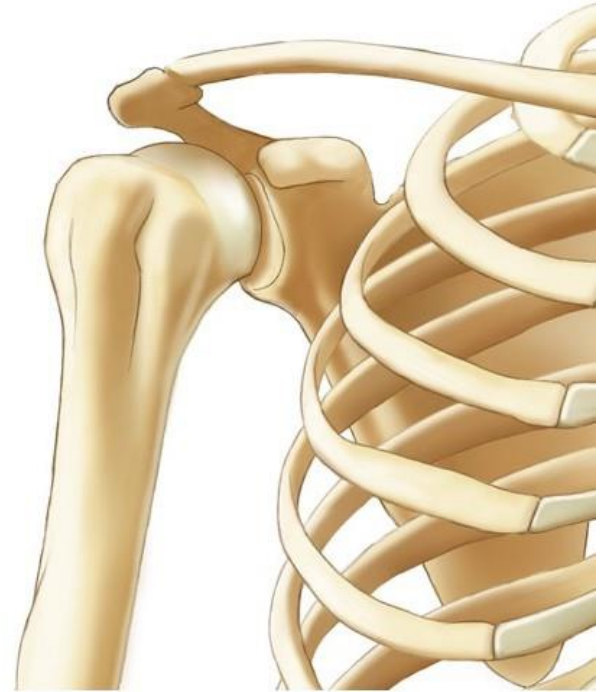
- scapulo-thoracale diskinesie
- functiestoornis bewegingsketen
- cuffletsel
- instabiliteit

Abductie



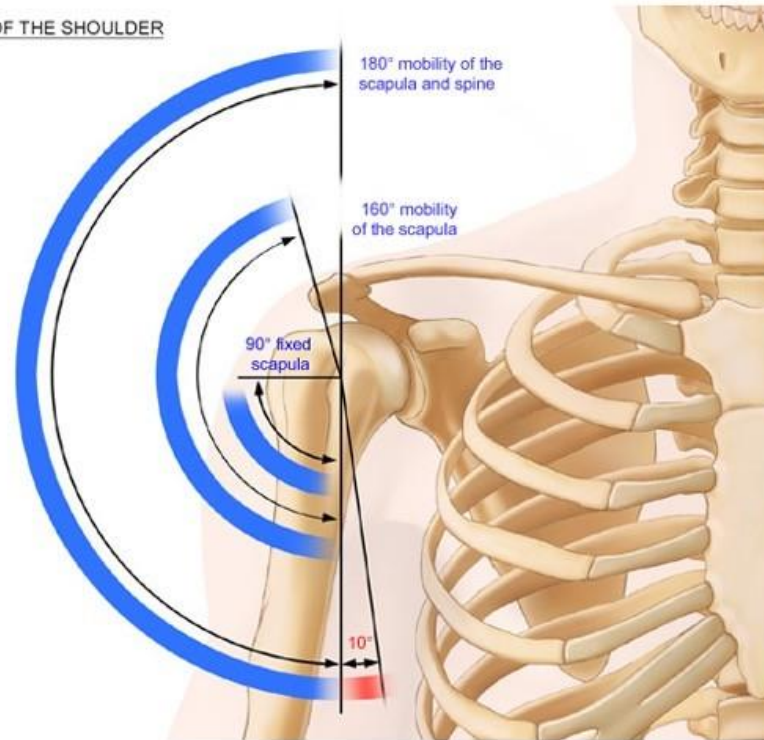
verkleining subacromiale ruimte

- humerus draait naar acromion
- tubercula schuiven onder acromion



abductie

RANGE OF MOTION OF THE SHOULDER (anterior view)



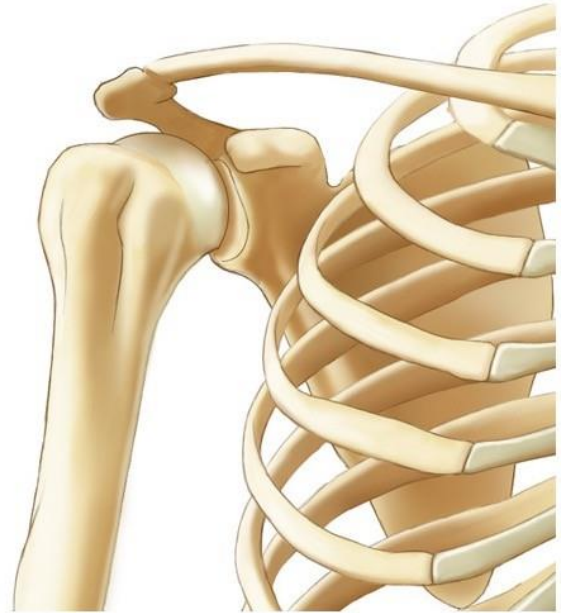
handhaven subacromiale ruimte

- glijden van de kop naar beneden
 - functie cuffspieren
- draaien van acromion naar boven
 - scapulo thoracaal ritme

gleno humerale bewegingen

humerus

- rollen naar boven
- glijden naar beneden



controle rollen en glijden

rollen

grote schouderspieren

- deltoideus
- pectoralis major
- pectoralis minor
- triceps

glijden

glenoid

cuffspieren

- supraspinatus
- infraspinatus
- subscapularis
- teres minor

injectietechnieken

oriëntatiepunten

- acromion
- coracoid
- soft spot

injectie techniek

- intra-articulair
- subacromiaal

- naald
- medicatie

exorotatie

inspectie

- huid
- vorm (atrofie)
- stand, houding
- symmetrie

exorotatie

- houding
- vorkgreep
- stand arm
- klachtprovocatie
- ROM
- eindgevoel
- schouderkop translatie

scapulo-thoracale bewegingen

- glijden naar lateraal
- glijden naar voren
- glijden naar boven
- roteren om zijn as

schoudergordelbewegingen

clavicula

- elevatie
- rotatie

cervico thoracale overgang

- wervels
- ribben
- sternum

impingement

- scapula glijdt niet goed, maar rolt
- humeruskop glijdt niet goed, maar rolt

LEERPUNT

SAPS is een symptoom, geen diagnose

onderzoek abductie

NHG standaard

- actief
- passief

- pijn
- bewegingsbeperking

persoonlijke voorkeur

- met fixatie schoudergordel
- zonder fixatie schoudergordel

- bewegingsuitslag
- klachtprovocatie
- eindgevoel

onderzoek schouder

NHG standaard

- inspectie
- actieve abductie
- passieve abductie
- passieve exorotatie
- palpatie AC
- mobiliteit CWK en CTO

persoonlijke voorkeur

- inspectie
- CWK en CTO
- exorotatie
- abductie
- palpatie
- op indicatie aanvullende testen

aanvullende testen

gleno-humeraal

- endorotatie
- apprehension relocation
release test

SAPS

- CTO, AC, SC
- scapulatesten
- weerstandstesten

oefenen

- wees voorzichtig
- vraag feedback
- geef feedback
- ergonomie
- handvatting

Take home message

- Maak onderscheid bij schouderklachten in de 3 subtypes
 - Subacromiaal, glenohumeraal en overig
- De aap op de schouder nemen: iemand anders zijn probleem de jouwe maken
 - Met andere woorden, een schouderprobleem is vervelend en met name bij gerichte oefentherapie onder begeleiding van een (schouder-) fysiotherapeut zal leiden tot verbetering

dit onderzoek en meer op youtube.com/c/inmanumedici

