

Zakkaartje Lichamelijk Onderzoek

1. Aanpak & volgorde • Werk van boven naar beneden; wissel zo min mogelijk van houding • Warme handen, benoem wat je doet, let op de patiënt • Onderzoek de pijnlijke plek als laatste • Route: eerste indruk & algemeen (staand) → hoofd & hals (zittend) → metingen → hart & longen vóór (30°) → buik & liezen (30°) → hart & longen achter (zittend)	2. Eerste indruk - Staand • Algemeen: geslacht, (biologische) leeftijd, verzorging, geur • Bewustzijn (AVPU) en oriëntatie in tijd, plaats en persoon • Gemoedstoestand • Mate van ziek-zijn, pijn en kortademigheid	3. Lichaamsbouw & houding • Houding/symmetrie: kromming wervelkolom, scoliose, voorkeurshouding • Vorm thorax: excavatum (trechter), carinatum (kippenborst), tonthorax • Verhouding lengte/gewicht; bouw (slank, atletisch, doorvoed) • Vetverdeling: feminien, androgyn, masculien
4. Huid, slijmvliesen & handen • Kleur: bleek, icterisch (geel), cyanotisch (blauw), plethorisch (rood) • Centrale (tong/lippen) én perifere cyanose • Pigmentatie, littekens, laesies, huidturgor (handrug/clavicula) • Nagels: horlogeglas, trommelstokvingers; capillary refill; oedeem enkels	5. Hoofd - Zittend • Vorm en symmetrie; verhouding hoofd-romp • Aa. temporales: zwelling, roodheid, pijn, pulsatie (denk aan arteriitis temporalis) • Ogen: cornea, pupilgrootte, oogleden	6. Ogen - Reflexen & bewegingen • Pupilreflexen: direct (zelfde oog), indirect (ander oog), convergentie • Oogbewegingen links-rechts en schuin • Let op dubbelbeelden en nystagmus (trillende ogen)
7. Oren, mastoïd & neus • Oren: stand, symmetrie, uitvloed; palpatie oorschelp • Mastoïd: roodheid en zwelling (inspectie), pijn (palpatie) • Neus: stand, septum; palpatie neusbeen; doorankelijkheid per neusgat	8. Mond & keel • Lippen, wangslimvlies, tandvlees, gebit, tong, mondbodem • Palatum, uvula, tonsillen, farynxbogen en -achterwand • Slijmvliesen: kleur, ulceraties, zwelling, bloeding, beslag	9. Hals - Zittend • Inspectie: stand, zwelling, littekens (vanuit alle kanten) • Aa. carotides: éérst ausculteren; bij souffle niet palperen (embolierisico) • Lymfeklieren beide zijden: submentaal, submandibulair, pre-auriculair, cervicaal, supra- en infraclaviculair
10. Vitale metingen • Pols: frequentie, ritme (regulier?) en vulling • Ademhalingsfrequentie • Bloeddruk (zo nodig aan beide armen)	11. Hart - Inspectie & palpatie (30°) • Inspectie: gestuwde halsvenen, oedeem, thoracale littekens, symmetrie • Ictus cordis: normaal 5e IC in de midclaviculairlijn (plaats, breedte, karakter) • Thrills: vibraties voelen met de vlakke hand • Niet voelbaar rugligging? Linker zijligging	12. Hart - Percussie & auscultatie • Start met membraan op de punt van Erb (3e IC links parasternaal) • 4 kleppunten: aorta 2e IC R, pulmonalis 2e IC L, tricuspidalis 4e IC L, mitralis apex • 1e harttoon valt samen met de carotispols; vergelijk met polsfrequentie • Kelk voor lage tonen (4e IC L / apex); let op souffles, extra tonen, wrijven
13. Schildklier & speekselklieren • Schildklier van achteren, onder thyroïd/cricoid; laat de patiënt slikken • Beoordeel grootte (isthmus), consistentie, pijn en beweeglijkheid • Speekselklieren: parotis (pre-auriculair), submandibularis (onder de kaak): grootte & pijn	14. Longen – Voorzijde (30°) • Inspectie: ademerheid, symmetrie, hulpademhalingspijpen, stridor/piepen • Palpatie: ademexcurse links/rechts; epigastrische hoek (> 90°) • Percussie: sonoor (lucht) vs. gedempt; long-levergrens ± 5e IC • Auscultatie: vesiculair/bronchiaal/verminderd; crepitaties (vocht), rhonchi (slijm), pleurawrijven, piepen	15. Abdomen - Inspectie & auscultatie • Vorm/symmetrie, navel; littekens; striae; caput medusae, spider naevi • Peristaltiek, pulsatie, ademhalingsbeweging • Zwelling: lokaal (tumor/orgaan) vs. diffuus (ascites); breuk bij Valsalva • Ausculteer peristaltiek (1 plek naast navel) en vaatsouffles boven de navel
16. Abdomen - Percussie & palpatie • Percussie 9 regio's; leverspan in MCL (normaal 6–15 cm); blaas/uterus • Oppervlakkig (1 hand): pijn, weerstand buikwand, spierspanning • Diep (2 handen): weerstanden – plaats, grootte, consistentie, pulsatie • Onderzoek de pijnlijke plek als laatste	17. Lever, milt & liezen • Lever: handen evenwijdig aan de ribben rechts; bij elke uitademing naar craniaal • Milt (rug- en rechter zijligging): normaal nooit voelbaar • Liezen: aa. femorales (palpatie + auscultatie); inguinale lymfeklieren langs lig. inguinale	18. Zitten: Hart & longen achterzijde • Hart: membraan, voorovergebogen: 2e IC R en 2e IC L (aorta/pulmonalis) • Longen achter: vergelijkende percussie incl. toppen en flanken • Longgrenzen: ondergrens ± Th11 (referentie scapulapunt Th7); beweeglijkheid in cm • Auscultatie alle velden: type ademgeruis + bijgeluiden