

Fjernelse af seneknude

Du skal have fjernet en seneknude (ganglion) ved dit håndled.

Selvom seneknuden bliver fjernet, er der 10-20 % risiko for, at den kommer igen.

SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Under operationen er du lokalbedøvet.

Lokalbedøvelse vil sige, at du får lagt bedøvelsen ved operationsstedet. Dermed er kun operationsstedet bedøvet, mens du er vågen. Du vil ikke føle smerte, men kan mærke berøring.

Operationen foregår i blodtomhed, hvilket vil sige, at der ikke løber blod til din hånd. Du får en manchette på overarmen, som pustes op og forhindrer blodet i at løbe ned til hånden.

Lægen fjerner seneknuden gennem et snit i huden over seneknuden. Til sidst får du en stor forbindelse på hånden.

SÅDAN FORBEREDER DU DIG

Vask dig grundigt før operationen

Tag et bad om aftenen eller morgenen, og vask dig grundigt med vand og sæbe – særligt på stedet for indgrebet. Tag også renvasket tøj på. Undlad smykker, piercing, ur og lignende genstande, der er samlested for bakterier. Så har du gjort det, du kan, for at mindske risikoen for infektion.

Køb smertestillende medicin

Vi anbefaler, at du køber smertestillende håndkøbsmedicin inden operationen, så du har det ved behov i den første tid hjemme.

Giv os besked, hvis du har sår på hånden

Du må ikke have sår, sårskorper eller hudafskrabninger i det område, der skal opereres.

Det giver risiko for betændelse i operationssåret, og operationen kan af denne grund blive aflyst.

Kontakt afdelingen, hvis du føler dig syg eller har feber.

Hav rene, korte negle

Sørg for at have rene, korte negle uden neglelak af hensyn til risikoen for betændelse.

Tag bekvemt tøj på

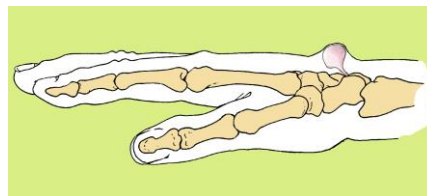
Efter operationen har du forbindelse på hånden. Tag derfor bekvemt, løst tøj på, så der er plads til forbindingen.

Seneknude (ganglion)

En seneknude er en godartet knude, der indeholder en geléagtig væske. Knuden vokser ikke på selve senen, men ud fra seneskeden eller håndledskapslen. Seneknuder opstår omkring håndleddet og på hånden, og de kan variere i størrelse.

En seneknude vokser typisk frem i løbet af nogle måneder. Den kan skifte størrelse og er ofte større og mere spændt, når hånden har været brugt meget, eller når håndleddet holdes i bestemte stillinger.

Gentagne ensidige belastninger af håndleddet øger risikoen for seneknuder.



Seneknude på oversiden af hånden.

EFTER OPERATIONEN

Aftal at blive hentet af en pårørende

Er indgrebet forløbet normalt, bliver du udskrevet umiddelbart efter operationen. Sørg for at have en pårørende til at ledsage dig eller køre dig hjem. Spørg personalet angående forholdsregler i forbindelse med bilkørsel.

NÅR DU KOMMER HJEM

Erstat forbindingen med plastre

Efter 2 dage skal du fjerne forbindingen og i stedet tage de plastre på, som du har fået med hjem fra sygehuset. Ofte bliver såret syet med tråde, som opløses af sig selv i løbet af nogle uger.

Hold hånden over hjertehøjde

Det er vigtigt, at du holder hånden over hjertehøjde de første par dage for at modvirke hævelse og mindske blødning fra operationssåret.

Lav venepumpeøvelser

Det er helt normalt, at fingrene hæver og bliver stive efter operationen. Du skal derfor lave venepumpeøvelser for at forebygge hævelse af hånd og fingre. Ræk armen helt i vejret. Knyt og stræk fingrene helt i roligt tempo i cirka 1 minut. Gentag øvelsen mange gange om dagen.

Træn håndens bevægelighed

Du må bruge din hånd til daglige gøremål. Bevæg hånden og fingrene inden for smertegrænsen, og træn fingrenes bevægelighed, så de kan bøjes og strækkes helt. Det er også vigtigt, at du holder gang i armen, albuen og skulderens bevægelighed, og du bør derfor ikke holde armen i en armslynge.

Hold hånden hævet om natten

Læg en pude under hånden om natten, så den opererede hånd ligger højt.

Hold forbindingen tør og ren

Sørg for, at forbindingen ikke bliver våd eller snavset, da det øger infektionsrisikoen. Dæk den med en plasticpose, når du tager bad.

Forvent ømhed ved arret

Når såret er helet, vil der komme et ar. Arret kan være ømt i flere måneder efter operationen. Det er helt normalt.

Forvent hævelse og stivhed

Det er helt normalt, at fingrene hæver og bliver stive efter operationen. Hævelsen og stivheden forsvinder af sig selv, når du bruger armen og hånden.

Reager på feber, smerter og ændret kulør

Hvis du får feber, tiltagende smerter eller hvis dine fingerspidser ændrer kulør, skal du kontakte os eller din egen læge.

Vær opmærksom på blødning

Det er helt normalt, at der kommer blod i forbindingen de første timer efter operationen. Du kan mindske dette ved at holde hånden højt. Hvis blødningen bliver så kraftig, at der kommer blod ud gennem forbindingen, skal du kontakte afdelingen eller en læge.

Sygemeld dig eventuelt

Om du skal være sygemeldt afhænger af den fysiske aktivitet i dit arbejde samt dit generelle helbred. Tal med lægen om netop dit behov.

Mulige komplikationer

Der kan komme betændelse efter alle operationer, men det er relativt sjældent efter denne type operation. Nogle få patienter får beskadiget en følelse eller får en blodansamling i hånden. Selvom seneknuden fjernes kirurgisk, vil ca. 18 procent komme igen.

Vær opmærksom på infektion efter operationen

Tegn på infektion er varme, hævelse, rødme og smerter omkring såret. Ved tegn på infektion skal du kontakte os.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os. Vil du vide mere om seneknuder, kan du eventuelt læse mere på patienthaendbogen.dk. Søg på: 'håndledsganglion'.



Kontakt

Ortopædkirurgisk Afdeling

Frederikshavn

Tlf. 97 64 74 21

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag kl. 07.30 – 15.00

Farsø

Tlf. 97 65 30 50

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag kl. 08.00 – 14.30

Hjørring

Tlf. 97 64 16 16

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag kl. 08.30 – 15.00