

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

Når du ankommer til afsnittet, bliver du klargjort til operation af en sygeplejerske og får forebyggende smertestillende medicin. Du taler også med lægen, der skal operere dig, om hvad der skal foregå.

Under operationen er du lokalbedøvet. Lokalbedøvelse vil sige, at du får lagt bedøvelsen via en kanyle i hånden. Dermed er kun operationsstedet bedøvet, mens du er vågen. Du vil ikke føle smerte, men kan mærke berøring.

Operationen foregår i blodtomhed. Det 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 fyldig forbindelse på hånden.

SÅDAN FORBEREDER DU DIG

Hold eventuelt pause med blodfortyndende medicin

Hvis du er i blodfortyndende behandling eller tager fiskeolie, skal du muligvis holde pause med behandlingen. Følg den vejledning, du har fået ved forundersøgelsen.

Køb smertestillende medicin

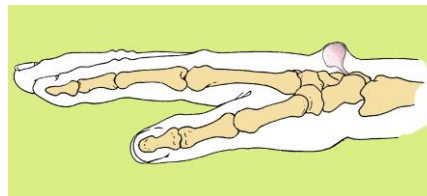
Vi råder dig til på forhånd at købe smertestillende håndkøbsmedicin (paracetamol og ibuprofen), så du har til de første dage hjemme.

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.

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 rent og løst tøj på.

Undlad smykker, piercinger, ur og lignende genstande, der er samlestet for bakterier. Så har du gjort det, du kan, for at mindske risikoen for infektion. Undlad at smøre dig ind i creme, da det gør det vanskeligt at desinficere din hud inden operationen.

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 den grund blive aflyst.

Hav rene, korte negle

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

EFTER OPERATIONEN

Efter operationen bliver du kørt til Opvågningen, hvor du bliver observeret i nogle timer. Du får eventuelt smertestillende medicin.

Inden udskrivelsen taler du kort med den læge, der opererede dig, og vi orienterer dig om det videre forløb. Når du er klar til det, får du noget at spise og drikke.

Aftal at blive hentet af en pårørende

Sørg for at have en pårørende til at ledsage dig eller køre dig hjem. Du må ikke selv køre bil det første stykke tid efter operationen. Aftal med lægen, hvornår du må køre bil igen.

NÅR DU KOMMER HJEM

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.

Tag smertestillende medicin

Det er ikke unormalt at have smerter efter operationen. Vi anbefaler, at du tager smertestillende medicin som angivet i det skema, du får udleveret inden udskrivelsen.

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. Hvis der kommer blødning, der er så kraftig, at der kommer blod ud gennem forbindingen, skal du kontakte din egen læge eller Lægevagten.

Lav venepumpeøvelser

Du skal 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. Dette gælder også den opererede finger. 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 skulderen, 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. Dæk den med en plasticpose, når du tager bad.

Aftal eventuelt at få fjernet operationstråd

Du skal selv kontakte din læge og bestille en tid til at få fjernet operationstråd, hvis du ikke er syet med selvopløselig tråd. Tråden kan fjernes cirka 12-14 dage efter operationen.

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.

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.

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.

Kontakt os ved problemer i det første døgn

Har du problemer i det første døgn, efter du er blevet udskrevet, er du velkommen til at kontakte os.



Efter det første døgn skal du kontakte din egen læge eller Lægevagten, hvis du oplever problemer.

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 Ambulatorium,
Thisted**

Tlf. 97 65 01 58

Mandag – fredag 8.00 – 15.00

INDIVIDUELLE INFORMATIONER OG ORDINATIONER FORUD FOR DIN OPERATION
