

Fjernelse af senehinder

Du skal have fjernet senehinder i din hånd. Operationen kaldes også en tenosynovektomi.

Årsagen til, at du skal opereres er, at du på grund af gigt eller en tidligere skade har en irritationstilstand omkring nogle af dine sener i hånden. Denne irritationstilstand kan medføre smerter, hævelse og indskrænket bevægelighed. Hvis senerne har været irriterede gennem længere tid, er der desuden en øget risiko for, at de kan bryde.

SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

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

Under operationen fjerner kirurgen den irriterede og fortykkede slimhinde omkring senerne i hånden. Herefter syes såret sammen, og der anlægges 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, piercinger, ur og lignende genstande, der er samlested for bakterier. Så har du gjort det, du kan, for at mindske 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.

EFTER OPERATIONEN

Aftal at blive afhentet 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. Du må ikke selv køre bil det første døgn efter operationen.

Spørg personalet angående forholdsregler i forbindelse med bilkørsel.

NÅR DU KOMMER HJEM

Aftal at få fjernet operationstråd

Du skal selv kontakte din læge og bestille en tid til at få fjernet operationstråd. Trådene skal fjernes 12-14 dage efter operationen medmindre det er typen, der opløser sig selv.

Påbegynd genoptræning hurtigt

Efter operationen er det vigtigt, at du påbegynder genoptræningen så hurtigt som muligt.

Hold hånden over hjertehøjde

Det er vigtigt, at du holder hånden over hjertehøjde efter operationen for at modvirke hævelse og smerter og for at mindske blødningsrisiko fra operationssåret.

Lav venepumpeøvelser

Det er helt normalt, at fingrene hæver og bliver stive efter en operation, lav derfor venepumpeøvelser. Ræk armen helt i vejret og knyt og stræk fingrene helt i et 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.

Reager på feber, smerter og ændret kulør

Hvis du får feber eller tiltagende smerter, eller hvis dine fingerspidser ændrer farve, 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 blødningen 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 opstå betændelse efter alle operationer, men det er relativt sjældent, at der gør det efter denne operation.

Nogle få patienter får beskadiget en følenerve eller får en blodansamling i hånden.

Hos enkelte patienter kan der også komme smerter, hævelse og stivhed efter en håndoperation.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, eller opstår der problemer under forløbet, er du velkommen til at kontakte os.



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