

# Delvist stivgørende operation af håndleddet

Du skal have en delvist stivgørende operation af dit håndled. Vi gør håndleddet delvist stift for at lindre dine smerter og bedre håndens funktion. Efter operationen kan du i nogen grad bevæge håndleddet op og ned samt fra side til side, og du kan stadig rotere i håndleddet.

## SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Du bliver opereret i lokalbedøvelse, dog suppleret med kortvarig fuld bedøvelse, hvis der skal hentes knogle fra din hofte.

Lokalbedøvelse vil sige, at du får anlagt en blokade i armhulen/skulderen, som gør dig fri for smerter under operationen og i de første timer efter. 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.

I forbindelse med bedøvelsen anlægges der også et smertekateter i armhulen med lokalbedøvelse, der løber ind over de næste to døgn. Du instrueres af personalet i håndtering af smertekatetret.

Lægen lægger et snit på oversiden af dit håndled. Herefter fjerner lægen den brusk, der sidder mellem knoglerne i dit håndled, og indsætter ståltråde (K-tråde), som er med til at holde håndleddet delvist stift.

Herefter tager lægen eventuelt frisk knoglevæv fra din hofte og sætter det ind mellem dine håndrodknogler. Knoglevævet skal fremme helingen af dit håndled.

Til sidst får du en forbindelse på hoften og en gipsskinne 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 risikoen for infektion.

### 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 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.

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 får en tid hos os til fjernelse af operationstrådene cirka 14 dage efter operationen, medmindre du er syet med tråd, der opløses af sig selv.

### 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.

### Reager på feber, smerter eller 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/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 følelnerve eller får en blodansamling i hånden.

### 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.

Herudover kan enkelte opleve manglende heling.

## KONTROL

### Kontrol efter 5 dage

Når du bliver udskrevet, aftaler vi tid til sårkontrol cirka 5 dage efter operationen.

### Kontrol efter 6-8 uger

6-8 uger efter operationen skal du til røntgenkontrol og samtale med lægen på sygehuset. Hvis røntgenbillederne viser, at håndledet heler som forventet, får du gipsen af, og der planlægges tid til fjernelse af ståltråde. Hvis du har behov for genoptræning, bliver du henvist til Ergoterapien på Aalborg Universitetshospital.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



### Kontakt

#### **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 15

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag kl. 08.30 – 15.00