AALBORG UNIVERSITETSHOSPITAL
– i gode hænder

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 briste.

SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Operationen foregår enten i lokalbedøvelse, hvor hele armen er bedøvet, eller i fuld bedøvelse.

Ved fuld bedøvelse vil du få lagt et drop, som giver dig væske gennem et plastikrør i håndryggen. Lægen, der skal operere dig, taler med dig om, hvad der skal foregå, og herefter bliver du bedøvet.

Ved lokalbedøvelse lægger narkoselægen en såkaldt blokade. Det er en lokalbedøvelse af nerverne i armen, som gør, at du ikke har så mange smerter, når du vågner. Blokaden virker i 10-12 timer, hvorefter virkningen aftager.

Operationen foregår i blodtomhed, hvilket vil sige, at der ikke løber blod til din hånd. Du får en manchet 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 forbinding på hånden.

SÅDAN FORBEREDER DU DIG

Mød fastende til operationen
Du skal faste inden bedøvelsen, så din mavesæk er helt tom. Møder du ikke fastende, kan vi være nødt til at aflyse din aftale. Følg derfor disse regler:

- Du må ikke spise fra 6 timer inden operationen. Du må heller ikke drikke mælkeprodukter.
- Du må gerne drikke klare væsker indtil 2 timer før. Det kan fx være vand, saftevand eller te og kaffe uden mælk.
- For dit velbefindende før og efter bedøvelsen anbefaler vi, at du drikker et stort glas sød saft 2 timer før den planlagte undersøgelse eller behandling og derefter ingenting, indtil bedøvelsen er overstået.
- Du må indtage medicin ifølge aftale med anæstesilægen. Spørg, hvis du er i tvivl.

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. Undlad at smøre dig med creme, da det gør desinfektion vanskeligere. Tag rent 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 os også, 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. Har du kunstige negle, skal du fjerne dem på operationshånden.

Tag bekvemt tøj på
Efter operationen har du forbinding 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 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

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. Vi fortæller dig, hvilken type tråd, du er syet med.

Påbegynd genoptræning hurtigt
Efter operationen er det vigtigt, at du påbegynder genoptræningen så hurtigt som muligt.
Vi henviser dig eventuelt til Ergoterapien på det sygehus, der ligger tættest på din bopæl – enten i Farsø, Aalborg, Hjørring eller Thisted.

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.

Reagér 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 skifte plasteret.

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 efter behov
Du kan have smerter eller ubehag i den første tid efter operationen. Du vil få udleveret recepter på smertestillende medicin inden udskrivelsen. Hvis du har brug for mere, kan du kontakte din egen læge.

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.

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

Kontakt

Ortopædkirurgisk Afdeling, Farsø

Håndkirurgisk Ambulatorium
Tlf. 97 65 30 30
Vi træffes bedst:
Mandag – fredag 8.00 -15.00

Ortopædkirurgisk Sengeafsnit O4
Tlf. 97 65 30 50

Fysio- og Ergoterapien, Farsø
Tlf. 97 65 31 30

Fysio- og Ergoterapien, Aalborg
Tlf. 97 66 42 10

Fysio- og Ergoterapien, Hjørring
Tlf. 97 64 16 82 / 97 64 16 83

Fysio- og Ergoterapien, Thisted
Tlf. 97 65 00 60