AALBORG UNIVERSITETSHOSPITAL
– i gode hænder

Fjernelse af seneknude

Du skal have fjernet en seneknude (ganglion) ved dit håndled, på din hånd eller på en finger.

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

SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Hvis din seneknude sidder på håndleddet eller håndryggen, bliver du bliver enten opereret i lokalbedøvelse, hvor hele armen er bedøvet, eller i fuld bedøvelse. I så fald skal du møde fastende.

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.

Hvis din seneknude sidder på fingeren, kan indgrebet foregå i en lokalbedøvelse, hvor kun fingeren er bedøvet. I så fald behøver du ikke faste.

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.

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

SÅDAN FORBEREDER DU DIG

Mød fastende til operationen, hvis du skal opereres på håndled eller håndryg
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. 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 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

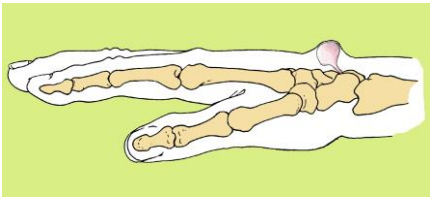
Aftal at blive hentet af en pårørende
Er indgrebet forløbet normalt, bliver du udskrevet umiddelbart efter operationen. Sørg for at have en pårørende til at ledsage dig eller køre dig hjem. Spørg personalet angående forholdsregler i forbindelse med bilkørsel.

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.

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.

Reagér 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 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.

Aftal at få fjernet operationstråd
Hvis du er blevet syet med tråde, der skal fjernes, skal de fjernes hos din egen læge, og du skal selv bestille tid til at få dem fjernet. Vi fortæller dig, om du er blevet syet med tråde, der skal fjernes, eller tråde, der opløser sig selv.

MULIGE KOMPLIKATIONER

Der kan komme betændelse efter alle operationer, men det er relativt sjældent efter denne type operation. Nogle få patienter får beskadiget en følenerve 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.

KONTROL

Der er ingen kontrol efter indgrebet.

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 patienthåndbogen.dk. Søg på: 'håndledsganglion'.

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