

Sådan lindrer du smerter efter operation på hånd eller underarm

Du er blevet opereret på din hånd eller din underarm.

I forbindelse med enhver form for operation vil der forekomme smerter i større eller mindre grad. Operationer i knogler giver flere smerter end operationer i bløddele.

SÅDAN LINDRER DU SMERTER MED ØVELSER

Du kan selv være med til at lindre smerterne. Det gør du ved at gøre følgende:

- Hold hånden over hjertehøjde de første par dage efter operationen.
- Lav pumpeøvelser for at forebygge hævelse. Ræk armen helt i vejret, knyt og stræk fingrene helt i et roligt tempo i cirka 1 minut. Du skal gentage øvelsen flere gange dagligt. Er hævelsen udtalt, skal du lave øvelsen 1 gang i timen.

SÅDAN LINDRER DU SMERTER MED MEDICIN

Tag smertestillende medicin regelmæssigt

Du kan lindre smerterne med smertestillende medicin fra håndkøb. Vi anbefaler, at du fast tager smertestillende håndkøbsmedicin (1000 mg paracetamol svarende til 2 tableter á 500 mg) 4 gange dagligt, så længe du har smerter. Det er vigtigt for, at du kan fastholde bevægeligheden i hånd og fingre. Hvis du efter 2 dage har brug for mere smertebehandling end paracetamol, skal du kontakte din læge.

Tag den medicin, du har fået med hjem

Tag den smertestillende medicin, som du har fået med hjem fra sygehuset. Vi giver dig smertestillende medicin med til de første 2 dage efter udskrivelsen. Du får 1 eller 2 slags medicin med hjem, som du skal tage som supplement til håndkøbsmedicinen. Her kan

du læse om, hvordan de forskellige medicyntyper virker, og hvor meget du skal tage.

Ibuprofen

Ibuprofen er et gigtpreparat, der dels virker på smerter og dels mindsker hævelsen omkring operationsåret. Du skal tage 1 tablet (400 mg) 3 gange dagligt. Bivirkninger kan være mavesmerter og opstød.

Tradolan

Tradolan virker smertestillende. I kroppen omdannes Tradolan til morfin. Præparatet kan derfor have nogle af de samme bivirkninger som morfin, det vil sige kvalme, forstoppelse, svimmelhed og døsighed. Desuden skal du være forsigtig i trafikken, så længe du får Tradolan. Dosis er 50 mg 4 gange dagligt.

Morfin

Morfin er et stærkere virkende morfinpræparat, der har de samme mulige bivirkninger som Tradolan. Tag 1 tablet á 10 mg maksimalt 4 gange dagligt, hvis du har stærke smerter.

Tag lavere dosis, hvis du har mange bivirkninger

Hvis du er meget generet af bivirkninger, anbefaler vi, at du enten reducerer din dosis eller helt ophører med at tage medicinen.

VÆR OPMÆRKSOM PÅ

Reager, hvis smerterne ikke aftager

Smerterne skal aftage inden for de første 2-3 dage. Gør de ikke det, skal du kontakte os eller din egen læge.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, 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

Aalborg

Tlf. 97 66 23 94

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag kl. 08.30 – 15.00

Hjørring

Tlf. 97 64 16 16

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag kl. 08.30 – 15.00