

Sovende fingre (karpaltunnelsyndrom)

Til patienter og pårørende

Efter operationen må du IKKE selv køre hjem.

Sådan forbereder du dig til operation

Hvor foregår operationen?

Operationen foregår på Ortopædkirurgisk Ambulatorium i Grindsted.

Afbud

Er du forhindret i at møde, skal du kontakte Booking Centralen tlf.: 79 18 23 00. Se tid og sted på dit indkaldelsesbrev.

På operationsdagen

- Må der ikke være sår i og omkring operationsområdet.
- Må du ikke have neglelak eller kunstige negle på.
- Skal hænderne være rene og neglene nyklippede.
- Må du ikke bruge håndlotion.
- Må du ikke føle dig alment syg.

Rygning

For at fremme sårhelingen og minimere risiko for komplikationer anbefaler vi, at du stopper med at ryge 6 uger før din operation og vedholder rygestoppet efter operationen.

Alkohol

Et alkoholforbrug på mere end 4 genstande dagligt øger risikoen for komplikationer som sårproblemer, infektioner, lungeproblemer og forlænget indlæggelsestid. Hvis du normalt drikker mere end 4 genstande om dagen, råder vi dig til at stoppe helt med at drikke alkohol mindst 4 uger før din operation.

Hvordan forholder jeg mig efter operationen

Forbinding

Hånden bliver forbundet med:

- et plaster inderst
- en forbinding yderst.

Dagen efter operationen kan du tage forbindingen af. Hvis plastret er tørt, kan det sidde endnu et døgn.

Belastning efter operationen

De første 2 uger efter operationen må du kun løfte svarende til en kaffekop.

De næste 2 uger må du max løfte 10 kg/dag.

Herefter stigende belastning indtil normalt efter 6 uger.

Det er vigtigt du vedligeholder bevægeligheden af din hånd. Du skal mange gange dagligt bøje og strække fingrene. Brug hånden til daglige gøremål - at tage tøj på osv.

Sovende fingre (karpaltunnelsyndrom)

Smertestillende medicin

Efter en operation kan du ofte have behov for smertestillende medicin.

Som udgangspunkt anbefaler vi, at du selv anskaffer tabl. Paracetamol 500 mg. (sælges f.eks. som Pamol, Pinex, Panodil eller Pinemol) og evt. tabl. Ipren 200 mg. En grundlæggende smertebehandling for voksne består af Paracetamol 500 mg., 2 tabl. 3-4 gange dagligt, og evt. tabl. Ipren 200 mg. 1-2 tabl. 2-4 gange dagligt.

Hvis vi ikke regner med, at smertebehandlingen med håndkøbsmedicin tager dine smerter, vil du enten få medicinen udleveret fra afdelingen, eller kunne hente medicinen på et apotek.

Hvis du oplever sviende fornemmelser i maven, sure opstød eller lignende, skal du stoppe med smertebehandlingen, og kontakte din egen læge.

Du er altid velkommen til at spørge personalet, hvis du er i tvivl.

Blødning

Ved alle operationer kan der komme blod i forbindingen i de første timer efter operationen. Blødningen kan gøres mindre ved, at du holder hånden højt.

Ved blodig gennemsvivning af forbindingen indenfor det første døgn efter operationen, skal forbindingen skiftes under sterile forhold. Du skal derfor kontakte Skadeklinikken, Grindsted på telefon 7918 9565. Efter klokken 22.00 skal du kontakte lægevagten på telefon 70 11 07 07 med henblik på skiftning.

Vær opmærksom på betændelse

Hånden skal holdes over hjertehøjde de første dage. Det nedsætter hævelse og risiko for betændelse.

Hvis der opstår betændelse, skal du kontakte din egen læge eller vagtlægen.

Tegn på betændelse:

- Rødme omkring såret samt pus
- Feber
- Udtalt hævelse
- Tiltagende smerter/ømhed.

Trådfjernelse

- Du skal have trådene fjernet efter cirka 10-12 dage hos din egen læge.
- Du skal selv bestille tid til dette.

Efter operationen kan der komme lidt fortykkelse af arret. Du kan blive generet af ømhed og kløe svarende til arret de første måneder efter operationen.

Når trådene er fjernet, skal du massere arret flere gange dagligt for at gøre dette blødt. Det nedsætter ømheden.

Symptomer efter operationen

- Hvis du også har sovende fingre om natten, forsvinder det indenfor få dage efter operationen.
- Hvis du har gener om natten, forsvinder de ofte få dage efter operationen.
- Føleforstyrrelser forsvinder efter uger til måneder. Det afhænger af, hvor længe du har haft tryk på nerven.
- Det er sjældent, at symptomerne kommer igen efter en operation.

Sygemelding

Sygemelding afhænger af dit arbejde og rådgives individuelt af lægen, som opererede dig.

Du kan dog forvente sygemelding i 4-6 uger.

Sovende fingre (karpaltunnelsyndrom)

Spørg, hvis du er i tvivl

Kontakt Ortopædkirurgisk Afdeling.

Med venlig hilsen

Esbjerg Sygehus Grindsted Sygehus