

Vejledning til De Quervain

Seneskedehindebetændelse i hånden

2019

Årsag:

De Quervain syndrom er seneskedehindebetændelse ved tommelens strækkesener pga. forsnævring af seneskeden eller fortykkelse af en sene. Da seneskeden er for snæver til de irriterede sener opstår der smerter, når tommelfingeren bevæges.

Forberedelse:

Vask hånden godt på operationsdagen. Rens negle.

Tag 2 Panodil (1 gram) ca. 1 time før operationen. (Der kan i stedet tages Pamol, Pinex, Ipren eller lignende.)

Man skal ikke være fastende til operationen.

Det tilrådes at man ikke selv kører bil efter operationen.

Generelt: Hvis du får blodfortyndende medicin skal du oplyse om det, da du evt. skal holde pause med medicin op til operationen.

Allergi: Du bedes oplyse om evt. allergi ift. Medicin.

Operationen:

Ved operationen gennemskæres seneskeden således at senerne kommer til at glide frit.

Operationen foregår i lokalbedøvelse. Indgrebet varer ca. 20, men man skal regne med at være i klinikken ca. 1 time i alt. Lokalbedøvelsen holder 2-4 timer.

Efter operationen:

Det er vigtigt at undgå blødning og unødigt hævelse ved at holde hånd og arm op ad de første døgn. Derved mindskes også smerter. Du får om nødvendigt en armslynge.

Efter operationen lægges en håndforbinding. Denne skal du beholde på 3-4 dage, alm plaster kan herefter benyttes. Trådene fjernes efter aftale i klinikken.

Den første dag holdes fingrene i ro, herefter skal du starte knytteøvelser, hvor fingrene skal strækkes fuldt og knyttes fuldt flere gange dagligt.

Forbindingen må ikke blive våd, anvend en plasticpose over hånden som beskyttelse ved bad.

Til **smertebehandling** er almindelig håndkøbsmedicin som anført tidligere fuldt tilstrækkelig. Der kan tages 4x i døgnet.

Efter stingene er fjernet masseres arret i en periode for at blødgøre det og for at nedsætte ømheden. Ømheden vil sædvanligvis aftage over et par måneder.

Komplikationer:

Der opstår sjældent betændelse. Røde, varme, hævelse og tiltagende smerter kan være tegn på evt. infektion, kontakt klinikken eller egen læge. Der kan opstå ømhed af arret og ændret følesans pga. træk eller vedvarende skade på hudnerverne omkring arret

Sygemelding:

Ved manuelt arbejde f.eks. Slakteriarbejde / håndværk m.m. tilrådes en sygemelding eller aflastning 3 - 4 uger. Ved lettere arbejde f.eks. kontorarbejde anbefales sygemelding eller aflastning ca. 2 uger



Olof Palmes Alle 25D, 8200 Aarhus Tlf. 8730 3132 kontakt@demisec.dk www.demisec.dk