

Hånd - Carpal tunnel syndrom

OPERASJONEN	Operasjonen går ut på å spalte et bånd i håndleddet for å gi større plass til nerven.
SMERTE	Du får resept på et smertestillende medikament. Dette kan tas inntil tre ganger i døgnet de første dagene. For å unngå smerte og hevelse er det svært viktig å holde hånden høyt den første tiden etter operasjonen. Når du sitter/sover kan man eventuelt bygge opp under armen med for eksempel en pute.
BANDASJE	Bandasjen skiftes hvis den blir gjennomtrukket og/eller ved dusjing.
SÅRENE	Såret og stingene dekkes med hudtape så lenge det ennå er sting der. Såret kan enten lukkes med "ytre" eller "indre" sting. "Indre" sting forsvinner av seg selv etter 2-3 uker, ytre sting må fjernes hos egen lege etter 2 uker.. Sørg for å holde sårene tørre ved å skifte bandasje når den blir fuktig eller blør gjennom. Risikoen for infeksjon er nemlig høyere hvis sårene blir våte.
DUSJING	Etter 2-3 dager kan du dusje. Bandasjen fjernes og såret lufttørkes før det legges på ny bandasje. Vanlig plaster (Norgesplaster) er tilstrekkelig.
BELASTNING	Unngå direkte trykk på såret de første ukene, deretter kan man øke direktebelastning i sårområdet gradvis over de neste ukene.
TRENING	Den første dagen bør du ta det med ro. Dagen etter operasjonen er det viktig at du bøyer og strekker fingrene selv om det er smertefullt. Hjelp til med den andre hånden hvis det er nødvendig. Bøy og strekk fingrene (lukke og åpne hånden) 10 ganger per time så lenge du er våken.
RESULTATER	Spaltingen av leddbåndet vil i de fleste tilfeller avhjelpe nummenhet og smerter. Dersom man har hatt plagene lenge kan noe nummenhet bestå. Av og til kan man oppleve noe smerter i håndroten ved bruk av hånden. Disse plagene fortar seg som regel over tid.
OBS!	Hvis du har feber, uventet smerte, rødme eller hevelse i benet, ta kontakt med klinikken. Dette kan være tegn på infeksjon som må kontrolleres av lege. Du må ta kontakt med egen lege eller legevakt på hjemstedet hvis dette oppstår på kveld/natt eller i helgen. Det er viktig at du tar kontakt med oss første virkedag og informerer oss slik at vi får fulgt deg opp og eventuelt innkalt deg til en poliklinisk kontroll. Oppstår situasjonen på dag tid tar du kontakt med oss på: Telefon: 23 26 56 00.
KONTROLL	Det er ikke avtalt kontroll. Dersom forløpet ikke er som forventet, eller det oppstår spørsmål, ikke nøl med å ta kontakt! Vi har ansvar for behandlingen også etter at du forlater klinikken. Ved problemer eller spørsmål, ring Hjelp24 NIMI Sykehus på telefon 23 26 56 00.