

## Patientinformation

# TFCC-skada i handled

Dagkirurgi

### TFCC-skada

I handleden finns ett stabiliserande ledbandskomplex som kallas TFCC (Triangular Fibro Cartilage Complex). Mitt i ledbandet finns en menisk, som är en stötdämpare. Ledbandet stabiliserar strålbenet och armbågsbenet i handledsnivå. TFCC är viktig för stabiliteten i handleden framför allt i samband med rotation av underarmen.

Vanlig orsak till skada är en fallolycka eller vridskada med rotation i handleden. Även upprepade mindre skador eller långvarig tung belastning kan leda till att TFCC skadas.

### Operation

Vid denna operation är man oftast sövd. Man kan i stället för sövning få en armbedövning, om sövning av någon anledning är olämplig. Under ingreppet stängs ofta blodflödet av till handen med hjälp av en blodtrycksmanschett.

Operationen påbörjas med en tillhålsoperation, då man med hjälp av ett mindre artroskop (operationsinstrument) kan inspektera handleden och TFCC och avgöra om det finns en skada. Beroende på skadans art kan herefter specifik åtgärd vidtas med exempelvis att en skadad del av menisken tas bort eller att ledbandet återinfästes om fästet är skadat.

Den fortsatta behandlingen beror på vilket ingrepp som utförts. Om ledbandet återinfästes blir det gipsbehandling i tre veckor och sedan ortosbehandling (stabil stödbandage) i tre veckor. Uppträning av handleden tar cirka tre till sex månader och sker stegvis med hjälp av arbetsterapeutens instruktioner.



© Sylvan

## Rökning

Vid all form av operation det viktigt att sluta röka. Det är viktigt för cirkulationen och för att ben och hud ska kunna läka. Det minskar risken för infektion. Du ska hålla upp med rökningen sex veckor innan och sex veckor efter operationen. Om du behöver hjälp att sluta röka be om remiss till rökavvänjningsköterska.

## Efter operationen

Håll handen högt (ovan hjärthöjd) för att undvika svullnad. Om armen bedövats är detta möjligt först när bedövningen gått ur efter cirka två till tolv timmar. Om armen bedövats inför operationen får du ett bandage som håller armen intill kroppen. När plexusbedövningen gått ur kan du själv ta bort detta bandage och härefter hålla handen högt. Böj och sträck på de fria fingrarna minst tio gånger varje timma (vaken tid) och använd handen till lättare göromål. Hur länge du skall undvika tyngre belastning beror på vilken åtgärd som utförts.

## Hygien

Använd gärna en plastpåse eller duschstrumpa över förbandet/gipset i samband med dusch. Du kan köpa duschstrumpa på apoteket eller ortopedmottagningen. Du kan duscha som vanligt dagen efter att hudstygnen och gipset är borttagna om såret läkt ordentligt.

## Sjukskrivning

Sjukskrivningstiden efter ingreppet varierar beroende på vilket ingrepp som utförts samt vilket typ av arbete du har.

## Smärtlindring

Du kan ta Alvedon regelbundet (enligt rekommenderad dos på förpackningen) under den första tiden efter operationen eller vid behov. Eventuellt ytterligare smärtlindring erhåller du information om före hemgång. Kraftiga smärtor kan tala för att förbandet/gipset sitter för hårt. Får du kraftiga smärtor efter operationen skall du höra av dig till sjuksköterska på ortopedkliniken eller vända dit till din distriktssköterska på vårdcentralen för kontroll av förbandet.

## Återbesök till distriktssköterska alternativt gipstekniker

Sker beroende på vilken åtgärd som utförts, antingen hos din distriktssköterska eller på ortopedmottagningen, eventuellt hos gipstekniker. Stygnen skall tas bort efter tio dagar till tre veckor efter operationen.

## **Återbesök till läkare**

Beror på vilken åtgärd som utförts. I vissa fall behövs inte återbesök. Om det behövs återbesök sker detta vanligtvis efter cirka sex veckor.

## **Angående patientavgifter i samband med vårdkontakter**

Ortopedkliniken följer Västra Götalandsregionens regler kring patientavgifter. Du kan läsa vad ditt besök kostar på 1177.

## **Operationsresultatet**

Förväntningarna är att man skall återfå en god funktion i handleden. Ibland kan en ökad uttrötthet i handen kvarstå samt svårighet att återfå full styrka. Rehabiliteringstiden varierar beroende på vilken typ av TFCC-skada som konstateras, oftast mellan en och sex månader

## **Kontakt**

Ortopedkliniken Uddevalla sjukhus/NÄL

Telefonnummer 010-435 39 00

Du ringer upp och blir anvisad en tid när vi ringer upp dig.

### **Knappval 1 (Sekreterare)**

Telefontid, läkare, intyg, recept

Öppet måndag-torsdag 7.30-14, fredag 7.30-11.30

### **Knappval 2 (Sjuksköterska)**

Medicinsk rådgivning, ombokning av återbesök, sjukreseintyg.

Öppet måndag-torsdag 7.30-14, fredag 7.30-11.30

### **Knappval 3 (Sekreterare)**

Remissbesök, väntetider, av- och ombokning av remissbesök.

Öppet måndag-fredag 7.30-11.30

### **Knappval 4 (Sjuksköterska)**

Planerad operation

Öppet mån-tors 07.30-14

## **Innehållsansvariga**

Isabell Barksten Sävland, överläkare

Jessica Larsson, medicinsk sekreterare