

Triggerfinger (stenoserande tendovaginit)

Triggerfinger är en åkomma som orsakar en ofta smärtsam låsning i ett eller flera fingrar. Det uppstår när ett fingers böjsenor fastnar i senskidan och fingret hakar upp sig i ett böjt läge och kan ibland endast med svårigheter sträckas ut. Ofta kan du känna en knöl i handflatan där förträngningen sitter.

Operationen

Du ska innan operationen duscha med bakteriedödande tvål enligt instruktioner senare i denna broschyr. Innan du åker till sjukhuset ska du ta smärtlindring i form av 1 gram paracetamol (t ex Alvedon). Ta inte medicinen om du är allergisk mot denna eller om du blivit tillsagd av läkare att inte använda denna medicin.

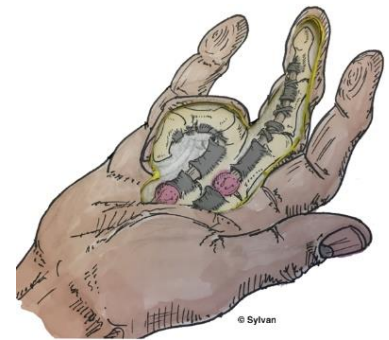
Du får äta som vanligt innan operationen. Du kan ta dina mediciner som vanligt på operationsdagen, men om du tar blodförtunnande läkemedel följer du den information du fått, kontakta oss om du har några frågor.

Operationen görs i lokalbedövning på vår ortopedimottagning. Om du är allergisk mot lokalbedövning eller om du känner dig väldigt orolig och tror att du har behov av lugnande medicinering eller sövning vid operationen måste du höra av dig till oss för ombokning till operation på operationsavdelningen.

Under ingreppet stängs blodflödet till handen av med hjälp av en blodtrycks-manschett. Taket på senskidan delas så att senorna får större utrymme och kan löpa obehindrat. Huden sys ihop. Du får ett mjukt bandage om handen.

Efter operationen

Du ska inte köra bil hem efter operationen då du måste hålla handen högt (ovan hjärthöjd) för att undvika svullnad. Böj och sträck fingrarna minst tio gånger varje timma vaken tid. Använd handen till lättare göromål, men undvik tyngre belastning i två veckor efter operationen. Du kommer att få med träningsinstruktioner hem efter operationen.



Smärtlindring

Du kan ta Alvedon regelbundet (enligt rekommenderad dos på förpackningen) under de första dagarna efter operationen eller vid behov.

Kraftiga smärtor kan tala för att förbandet sitter för hårt. Kontakta sjuksköterska på ortopedimottagningen eller vänd dig till distriktssköterskan på vårdcentralen, för kontroll av förbandet.

Sjukskrivning

Sjukskrivningstiden efter ingreppet varierar beroende på vilken typ av arbete du har, oftast mellan 1-2 veckor.

Hygien

Använd en plastpåse över förbandet i samband med dusch. Du kan duscha som vanligt dagen efter att stygnen är borttagna.

Kontroll av såret hos distriktssköterska

Det finns alltid en liten risk för sårinfektion efter operationen. Om du misstänker detta (ökande smärta, rodnad, svullnad eller sårvätskning) ska du kontakta sjukvård för kontroll.

Om allt känns bra och successivt går åt rätt håll efter operationen skall bandaget sitta på tills stygnen tas bort efter 10–14 dagar. Därefter kan du använda ett enkelt plåster under några dagar.

Återbesök till läkare

Läkarbesök för uppföljning krävs i regel inte. Uppföljning sker i normalfall hos distriktssköterska på vårdcentralen.

Operationsresultatet

Förväntningar är att man återfår normal rörlighet i det opererade fingret inom några veckor. Det kan finnas en svullnad och ömhet i operationsområdet under några månader efter ingreppet. Om du får problem att komma i gång med handen efter operationen ska du i första hand kontakta arbetsterapeut på din vårdcentral för hjälp med träning.

Viktigt att duscha med desinfekterande tvål inför operation

Syftet med att duscha med bakteriedödande klorhexidintvål inför en operation är att minska antalet bakterier på kroppen och därmed minska risken för sårinfektion. Vid rätt utförd dusch kvarstår effekten i ca sju dagar, den tid det oftast tar för operationssåret att läka.

En bra bakterieminskning erhålls efter 3 dubbelduschar. Dubbeldusch görs två gånger dagen innan operation samt en gång på operationsdagens morgon. Låt det gå minst 2 timmar mellan dubbelduscherna.

Dubbeldusch görs med **Hibiscrub** eller **Descutan**, som du köper på apoteket.

Du ska använda rena kläder och renbäddad säng efter första dubbelduschen. Ytterligare byte av kläder och sängkläder görs vid behov.

Tillvägagångssätt – så här gör du Dubbeldusch

Avlägsna alla smycken, även piercing innan du duschar

- Blöt hela kroppen
- Stäng av duschen
- Börja med hår, ansikte (inte i hörselgången), överkropp, därefter ben och fötter. Var särskilt noga med näsa, armhålor, navel, ljumskar och könsorgan
- Skölj av
- **Upprepa samma procedur**
- Du har nu genomfört en dubbeldusch.
- Torka med ren handduk

Det räcker med hårtvätt vid 1 av de 3 dubbelduscharna. Hudlotion och hårbalsam ska inte användas i samband med dubbeldusch.

Det är viktigt att tvättningen omfattar hela hudkostymen varje gång. Följ vårdpersonalens anvisningar för tvätten. Be om hjälp om du inte når överallt.



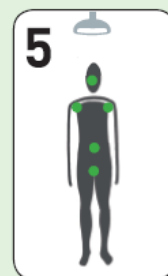
Vät hela kroppen och stäng av vattnet.



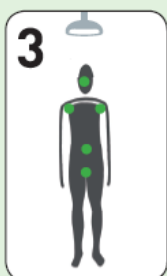
Skölj bort all tvål.



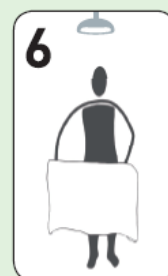
Tag HiBiScrub och tvätta håret. Undvik att få lösning/lödder i ögon och öron.



Upprepa punkterna 2–4. Du har nu utfört en så kallad dubbeldusch.



Tag mer HiBiScrub i handen eller på en ny våt svamp, och tvåla in hela kroppen noggrant. Börja uppifrån och arbeta nedåt. Tvätta speciellt noga:
A – runt näsa och mun
B – armhålorna
C – naveln
D – könsorgan och ljumskar



Torka med ren handduk. Börja uppifrån och arbeta nedåt. Tag på rena kläder och se till att sängen är renbäddad.