

Till dig som ska opereras med tenolys eller artrolyys

Information till patient och närstående

Före operation

Du ska fortsätta att ta dina ordinarie mediciner, förutom vissa blodförtunnande som du får information om. På grund av infektionsrisk får det inte finnas sår på den hand som ska opereras. Förkylning och andra sjukdomar kan också vara ett hinder.

Läs informationen i din kallelse noga.

Efter operation

Träningen startar redan dagen efter operation och ska förhindra bildning av nya sammanväxningar.

Du träffar sjuksköterska på mottagningen för omläggning till ett mindre bandage som möjliggör träning.

Du träffar fysioterapeut för träning två tillfällen under dagen fördelat på förmiddag och eftermiddag. Dag två har du ett träningspass.

Eventuellt tillkommer en tid för tillverkning av skena hos arbetsterapeut.

Det är viktigt att du är smärtlindrad inför träningen.

Intensiv träning under minst 3 veckor.

Du kommer att få tiderna till sjuksköterska och rehab vid operationen.

Det är inte lämpligt att köra bil eller annat fordon efter en handoperation.

Då bedövningen släpper efter några timmar kan det göra lite mer ont i handflatan. Du kan då ta receptfria värktabletter enligt rekommendation på förpackningen. Vanligtvis kan det räcka att ta smärtstillande de första dygnet efter operationen.

För att motverka svullnad, håll handen i högläge och utför medföljande träningsprogram.

Håll förbandet torrt och rent. Vid dusch rekommenderas dubbla plastpåsar fastsatta med tejp.

Komplikationer

Kontakta mottagningen för rådgivning om:

- bandaget känns för trångt/skaver
- du får rodnad kring handen
- du får feber
- du känner långvarig värk
- din hand svullnar

Sjukskrivning

Sjukskrivningens längd beror på vilket arbete du har.

Tobak och alkohol

Genom att avstå från alkohol och tobak minskar du risken för komplikationer. Sahlgrenska's riktlinjer är att du skall vara rök- och alkoholfri 4–8 veckor före och efter din operation.