

**Verksamhet Handkirurgi**

Centrum för Avancerad Rekonstruktion av Extremiteter - CARE

# Inför din grepprekonstruktion



# Grepprekonstruktion

## **Så här går operationen till**

Återskapande av grepp görs genom att flytta senor (sentransferering) från fungerande muskler till muskler som förlorat sin funktion pga skadan.

Ofta har man två eller fler muskler som används till en funktion, man kan därför "låna" en av dessa muskelsenor för att återskapa en annan funktion.

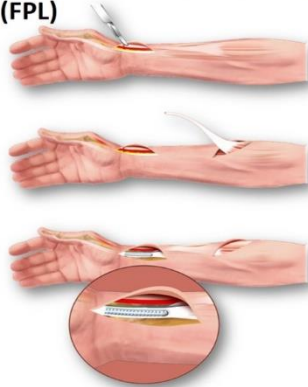
Till exempel utförs handledssträckning av två muskler. En av dessa kan användas för att skapa fingerböjning. På liknande sätt görs tumböjare av en armbågsböjare.

Se bilderna nedan. Operationen brukar ta 4-5 timmar.

**Fingerböjare: Handledssträckarsena (ECRL) flyttas till fingerböjare (FDP)**



**Tumbböjare : En armbågsböjare (BR) flyttas till tumbböjare (FPL)**



Bilderna visar hur fingerböjning och tumbböjning återskapas med hjälp av senor från andra muskler.

## Målsättning

Målet med operationen är att du ska få ett grepp som du kan använda i vardagen.

## Inför operationen

I samband med operationen är du inlagd på avdelning 233 på Mölndals sjukhus. I slutet av broschyren finns ett exempel på hur

operationsveckan kan se ut. Om du har funderingar kring vistelsen på avdelning 233 är du välkommen att kontakta vårdpersonalen på tel. 031-3428533.

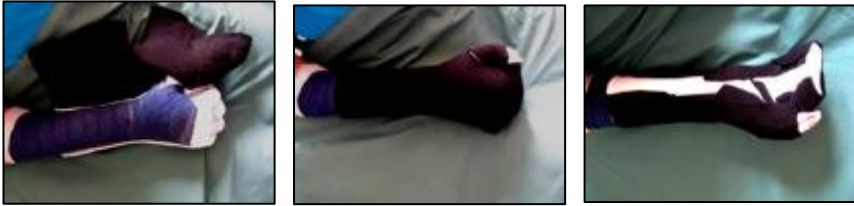
**Hygienförberedelser:** kom ihåg att duscha enligt de instruktioner som du fått hemskickat, innan du kommer till avdelningen.

**Dagen innan operationen**, inskrivningsdagen, är det viktigt att du infinner dig på avdelningen den tid som står i ditt kallelsebrev, eftersom det är flera olika yrkeskategorier som behöver träffa dig inför operationen. Ansvarig handkirurg träffar dig för att gå igenom det sista inför operationen. Arbets- och fysioterapeut gör bedömningar av bland annat muskelstyrka och rörlighet. Du behöver också träffa narkosläkare samt ta vissa prover.

Har du svårigheter att komma till avdelningen enligt den tid som står i ditt kallelsebrev är det därför viktigt att du meddelar vår koordinator i god tid. Om du har lång resväg och vill övernatta på hotell, kan du kontakta vår koordinator och få förslag på hotell i närheten.

## **Efter operationen**

**Ortos:** På morgonen dagen efter operationen tillverkar vi en individuellt anpassad ortos (skena) för din hand/underarm som du ska ha på dygnet runt de 3 första veckorna. Ortosen får under dessa veckor endast tas av för träning. Efter 3 veckor används ortosen endast nattetid i ytterligare cirka 2 månader. Dagtid används istället en mindre skena under 2 månader. Denna är utformad så att den inte begränsar rörlighet och aktivitet i vardagen i någon större utsträckning.



Exempel på hur ortosen du får efter operationen kan se ut

**Träning** för att återskapa funktion i de opererade musklerna, påbörjas dagen efter operationen, med hjälp av arbets- och fysioterapeut. Vi går igenom ett träningsprogram som du fortsätter göra 4 gånger dagligen när du kommer hem, vilket är viktigt för att få god effekt av operationen. Du (och eventuell assistent) ansvarar för träningen men du kan få stöd av arbets- eller fysioterapeut i primärvården om du har en sådan kontakt. Ta gärna med telefonnumret för överrapportering i så fall.

## Restriktioner

**Belastning:** Om muskeln brachioradialis, som böjer i armbågen, har använts vid din operation, får du inte "hooka" med armbågen de första 3 månaderna. Du kan därför inte använda armen för att lyfta benen, ta tag i arm-/ryggstöd för att stödja dig eller hänga runt nacken på din assistent vid förflyttning. Du får inte heller belasta armen vid förflyttningar de 3 första månaderna. I övrigt är det bra om du är så aktiv som möjligt, med ortosen på. Efter 3 veckor får du börja använda handen/armen i lättare aktiviteter såsom att äta, borsta tänderna, köra rullstol, påklädning samt sköta hygien på övre delen av kroppen.

**Personlig vård:** När du duschar skall din hand/arm skyddas med en plastpåse tills operationssåret har läkt (minst 3 veckor). Vid dusch och toalettbesök kan det underlätta med en mobil duschstol eftersom du inte får belasta armen vid förflyttningar.

### **Förflyttningar:**

- **Köra rullstol:** det går bra att använda både manuell rullstol och elrullstol efter operationen, men det kan bli svårt att köra manuell rullstol långa sträckor pga ortosen. Det finns olika tekniker för att köra rullstol, se bilder nedan. Vi hjälper dig med teknik, råd och vid behov anpassning av ortosen.
- **Till/från rullstol:** eftersom handen inte får belastas vid förflyttning på 3 månader kan du behöva träna in en ny förflyttningsteknik. Om du normalt använder glidbräda får du stödja på armbågen enligt bild nedan. Träna på en ny förflyttningsteknik tillsammans med fysioterapeut eller arbetsterapeut innan du kommer in för operation.



Tekniker för rullstolskörning



Alternativa förflyttningstekniker för förflyttning till/från rullstol, för att inte belasta din opererade hand/arm

**Bilkörning:** Om du normalt brukar köra bil i din vardag behöver du förbereda dig på att det inte är tillåtet att köra bil de första 8 veckorna efter operationen. Denna tid kan variera något beroende på typ av operation.

## Förändrat hjälpbehov

Perioden med restriktioner efter operationen kan medföra att du tillfälligt inte kan utföra vissa moment i din personliga vård som du brukar. Detta kan göra att du får ett ökat hjälpbehov under denna period. Om du bedömer att du behöver utöka din assistans, behöver du planera det i god tid innan operationen.

Efter operationen kan du vara i behov av vissa hjälpmedel.

Exempel på hjälpmedel som kan vara aktuella:

- Förflyttningshjälpmedel (glidbräda, lyft)
- Mobil duschstol
- Annat gånghjälpmedel såsom elrullstol

Vid eventuella frågor kan du kontakta oss för rådgivning via 1177 eller mail.

## Uppföljning och träning 3 veckor efter operationen

En träningsvecka på Mölndals sjukhus planeras in 3 veckor efter operationen. Vi följer då upp träningsprogrammet och påbörjar träning i vardagliga aktiviteter. Ett exempel på schema för denna vecka visas på nästa sida.

## Fortsatt uppföljning

Ytterligare uppföljningar planeras vanligtvis in 3, 6 och 12 månader efter operationen, för att utvärdera dess resultat.

Vi har förutom på Mölndals sjukhus även regelbundna uppföljningar på Spinaliskliniken (Stockholm), Orupsjukhuset (Skåne), Sunderby sjukhus (Norrbotten) samt Universitetssjukhusen i Örebro och Linköping. Om du kommer från någon av dessa regioner har vi som målsättning att planera in uppföljning där.

Vi kommer även kunna ha videomöten om ett mottagningsbesök är svårt att få till. Om du mellan uppföljningarna har några frågor går det bra att kontakta oss på mail, telefon eller via 1177.

**Vid akuta ärenden ska du vända dig till den ordinarie sjukvården i den region du bor i.**

## Exempel på schema för operationsveckan

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
--------	--------	--------	---------	--------

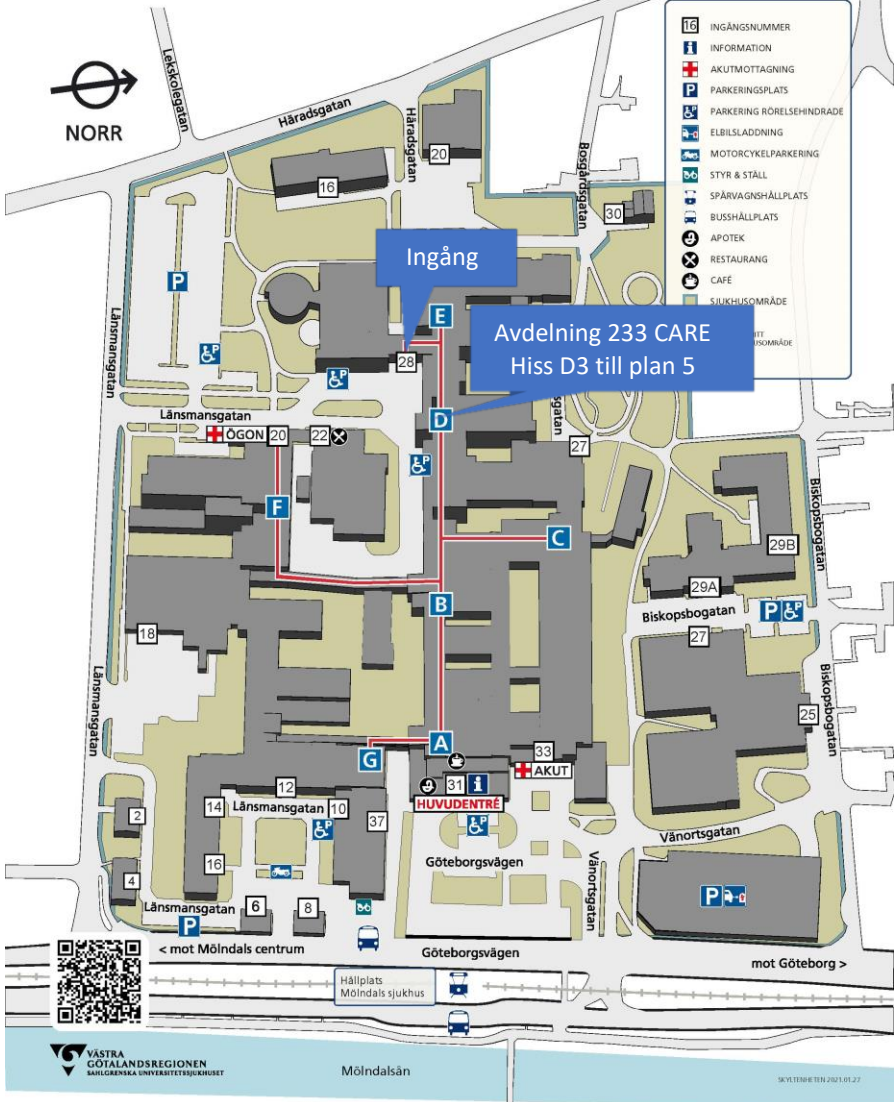
<p>10.00</p> <p>Inskrivning</p> <p>Bedömning arbets-och fysioterapeut</p> <p>Möte med: - handkirurg - narkosläkare</p> <p>Provtagning</p>	<p>Operation</p>	<p>Information handkirurg och team</p> <p>Omläggning samt tillverkning av ortos</p> <p>Träning ca 3 gångar under dagen</p>	<p>Träning 4 gångar under dagen</p> <p>Uppföljning av ortos</p> <p>Genomgång av förflyttningar, ADL och hemprogram</p>	<p>Omläggning</p> <p>Uppföljning av ortos och hemprogram</p> <p>Hemgång kring lunch</p>
---	------------------	--	--	---

## Exempel på schema för träningsveckan:

<b>Måndag</b>	<b>Tisdag</b>	<b>Onsdag</b>	<b>Torsdag</b>	<b>Fredag</b>
10.00 Inskrivning	Uppföljning av ortos	Träning 3-4 gångar under	Träning 3-4 gångar under dagen,	Träning och uppföljning av
Borttagning av stygn	Träning 3-4 gångar under	dagen, inklusive självträning	inklusive självträning	hemprogram
Uppföljning av arbets-och fysioterapeut	dagen	Uppföljning handkirurg	Genomgång av nytt hemprogram	Hemgång kring lunch
Justering av ortos				

# Mölnbals sjukhus

Webkarta



# Kontakt

Kontakta oss via 1177.se, telefon, eller e-post. Observera att vi bara är kontaktbara vardagar kl. 08.00–16.00. Under helger och semestertider har vi stängt. **Vid akuta tillstånd kontakta sjukvården i den region du bor i.**

## Telefonnummer

Operationskoordinator Maja Petterson	031 343 03 25
Arbetsterapeut Johanna Wangdell	0702 99 21 12
Arbetsterapeut Therése Ramström	0761 35 74 16
Fysioterapeut Lina Bunketorp Käll	0700 85 25 96
Fysioterapeut Kasia Swiderska	0720 73 24 30
Sjuksköterskeexpedition, avd. 233	031 342 85 33
Växel Mölndal/Sahlgrenska sjukhuset	031 342 10 00

## E-post

careinfo@vgregion.se

## Besöksadress

Centrum för avancerad rekonstruktion av extremiteter  
Länsmansgatan 28  
Målpunkt D, plan 5  
Mölndals sjukhus  
431 30 Mölndal

## Hemsida

<https://www.sahlgrenska.se/omraden/omrade-3/verksamhet-handkirurgi/enheter/centrum-for-avancerad-rekonstruktion-av-extremiteter>