

Gäller för: Verksamhet Handkirurgi, Verksamhet Arbetsterapi och fysioterapi

Giltig från: 2025-05-07

Innehållsansvar: Nina Meuller, (ninme2), Fysioterapeut

Giltig till: 2027-05-07

Granskad av: Per Hessman, (perhe11), Överläkare

Godkänd av: Gunilla Kjellby Wendt, (gunkj2), Verksamhetschef

Handkirurgi – TFCC opererad – ARB/FYS

Förändringar sedan föregående version

Nytt dokument.

Bakgrund och syfte

Syftet med rutinen är att säkerhetsställa enhetligt omhändertagande och behandling av patienter med skada på “Triangular Fibro Cartilage Complex” (TFCC), där öppen eller artroskopisk kirurgi utförts.

Verksamhetschef är ytterst ansvarig för att rutinen finns, att den är känd och efterlevs. Läkare, arbetsterapeut och fysioterapeut ansvarar för att arbetet bedrivs utefter avsedd rutin i den enskilda behandlingen.

Avgränsningar

Gäller endast kirurgiskt behandlade skador på TFCC-ligament.

Utförande

Operatören dikterar remiss i Melior med hög prioritet (röd), till exempel i samband med operationsberättelsen. Remissen ställs till Arbetsterapi och Fysioterapi Handkirurgi med hänvisning till denna rutin. När avsteg från rutinen görs krävs noggrann specifikation i remissen från ansvarig läkare, med en motivering till avsteget.

Patienten kallas i samband med avgipsning hos sköterska ca 3 veckor efter operation.

Tid efter operation	Behandlare	Rehabilitering efter kirurgi, öppen eller artroskopisk
3 veckor	Sjuksköterska/undersköterska Arbetsterapeut	- Avgipsning, stygntagning - Ortostillverkning, U-formad ortos med vingar - Träningsinstruktioner flexion/extension handled - Ödemprofylax

Tid efter operation	Behandlare	Rehabilitering efter kirurgi, öppen eller artroskopisk
		- Obelastade aktiviteter med ortos på är tillåtna. Ortosen ska vara på vid duschning.
6 veckor	Läkare Arbetsterapeut Fysioterapeut	- Klinisk kontroll - Justering av ortos så armbågsleden blir fri. - Utökad rörelseträning enligt program . Start av obelastad pronation/supination samt pilkastarrörelse utan att forcera. -Fortsatt obelastade aktiviteter med ortos på. Ortosen får tas av vid duschning.
8–9 veckor	Fysioterapeut	- Byte till stabil låg handledsortos. - Utökad träning enligt program med deg, stabilitetsträning och lätt belastning i rotation. - Kontroll av rörlighet, svullnad och ärr. - Lätta obelastade aktiviteter utan ortos är tillåtna men utan att ta i, t. ex bläddra i tidning, vika tvätt, hålla en smörgås och personlig hygien.
12 veckor	Läkare Fysioterapeut	- Klinisk kontroll - Kontroll av rörlighet, svullnad och ärr. - Kontroll av funktion, användning av handen i vardagen. - Handen kan användas med försiktighet, men utan att belasta i ytterlägen eller i kraftiga vridningar. Ortosen används endast i risksituationer.
>12 veckor	Fysioterapeut	Fortsatt uppföljning Fysioterapi Handkirurgi vid mer komplicerad rehabilitering. Vid normalt förlopp kan patienten avslutas alternativt uppföljning ske på rehabmottagning på Länssjukhus eller inom primärvård.
16 veckor		Full belastning. Handen kan användas fritt i vardag och arbete. Förbättringar sker successivt under ca ett år efter operationen, och styrkan tar

Tid efter operation	Behandlare	Rehabilitering efter kirurgi, öppen eller artroskopisk
		lång tid att bygga upp. Livslångt förbud mot armhävningar, eller annan aktivitet med tung belastning mot dorsalextenderad hand med extenderade fingrar.

Medvetet avsteg från rutinen dokumenteras i journalsystemet om rutinen är kopplad till patient. Övriga orsaker till avsteg från rutinen rapporteras i MedControl PRO.

Innehållsansvarig/arbetsgrupp ansvarar för uppföljning/revision av innehållet i rutinen.

Relaterad information

Träningsprogram – Handled – TFCC – [TFCC opererad - 3 veckor efter operation](#)

Träningsprogram – Handled – TFCC – [TFCC, opererad - 6 veckor efter operation](#)

Träningsprogram – Handled – TFCC – [TFCC, opererad 8-9 veckor efter operation](#)

Tillämpliga lagar, föreskrifter eller externa riktlinjer

Detta dokument ska kopplas till Handkirurgen styrande dokument - TFCC

Arbetsgrupp

Nina Meuller Fysioterapeut, Fysioterapi Handkirurgi Mölndal (ninme2)

Maria Tenfält Arbetsterapeut, Arbetsterapi Handkirurgi Mölndal (marte6)

Peter Axelsson Överläkare Handkirurgi Mölndal (petax)

Per Hessman Överläkare Handkirurgi Mölndal (perhe11)

Källförteckning

Lee MJ, Lastayo PC. Ulnar Wrist Pain and Impairment: A Therapist`s Algorithmic Approach to the Triangular Fibrocartilage Complex. I: Skriven TM, Osterman AL, Fedorczyk JM, Amadio PC, Feldscher SB, Shin EK, redaktörer. Rehabilitation of the Hand and Upper Extremity. 7e uppl. Philadelphia: Elsevier; 2021. s. 862-73.

Andersson J, Axelsson P. ABC om Handledens Ligamentskador. Läkartidningen. 2011; 108(43):2162-2.

Mak MCK, Ho PC. Arthroscopic-Assisted Triangular Fibrocartilage Complex Reconstruction. Hand Clinics volume 33, issue 4, November 2017. S 625-37.

Information om handlingen

Handlingstyp: Rutin

Gäller för: Verksamhet Handkirurgi, Verksamhet Arbetsterapi och fysioterapi

Innehållsansvar: Nina Meuller, (ninme2), Fysioterapeut

Granskad av: Per Hessman, (perhe11), Överläkare

Godkänd av: Gunilla Kjellby Wendt, (gunkj2), Verksamhetschef

Dokument-ID: SU9807-1076540875-135

Version: 3.0

Giltig från: 2025-05-07

Giltig till: 2027-05-07