

Gäller för: Verksamhet Handkirurgi, Verksamhet Arbetsterapi och fysioterapi

Giltig från: 2025-09-02

Innehållsansvar: Ulrika Hallin, (ulrce1), Specialistfysioterapeut

Giltig till: 2027-09-02

Granskad av: Erik Hertzman, (eriwa8), Specialisläkare, ST

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

# Handkirurgi – Tumbasartros, opererad - FYS

## Förändringar sedan föregående version

Ny rutin

## Sammanfattning

Denna rutin innehåller riktlinjer för rehabilitering av patienter som opererats för tumbasartros på verksamhet Handkirurgi, Mölndal sjukhus.

## Innehållsförteckning

Sammanfattning .....	1
Bakgrund och syfte .....	1
Utförande .....	2
Relaterad information .....	6
Arbetsgrupp.....	7
Källförteckning .....	7

## Bakgrund och syfte

Tumbasartros är vanligt förekommande. För de flesta är den grundbehandling och tilläggshandling som kan erbjudas på primärvårdsnivå fullt tillräcklig. För en mindre andel kan kirurgisk behandling med efterföljande rehabilitering på specialiserad vårdnivå vara befogad. Målet med en operation är först och främst att minska vilovärk och belastningssmärta, samt förbättra tumgreppet.

På Handkirurgi, Mölndal sjukhus opereras patienter med trapezektomier, senplastiker och artroplastiker (implantat, proteser). Fysioterapeut på Handkirurgen träffar endast de patienter som opererats här på kliniken.

Syftet med rutinen är att säkerställa enhetligt omhändertagande och behandling av patienter som opererats för tumbasartros. Denna rutin med tillhörande träningsprogram

baseras på [Nationellt vårdprogram för tumbasartros](#) samt lokala riktlinjer avseende tumbasproteser.

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

## Utförande

När beslut om operation tagits får patienten skriftlig preoperativ information av läkaren, i syfte att patienten ska vara informerad inför ingreppet.

När operationen är utförd skriver operatören remiss till Fysioterapi/Arbetssterapi Handkirurgi med hänvisning till denna rutin. Det ska framgå att det gäller rehabilitering efter kirurgiskt behandlad tumbasartros, för artroplastik/protes enligt tabell 1 och för trapezektomi och senplastik enligt tabell 2. När avsteg från rutinen görs krävs noggrann specifikation i remissen från ansvarig läkare, med en motivering till avsteget.

Patienten kallas när remiss inkommit till rehab och läkar-/sjuksköterskebesök finns bokad 2–3 veckor efter operationen.

**Tabell 1. Artroplastik**

Tid efter operation	Behandlare	Artroplastik, total ledprotes
2 veckor	Sjuksköterska  Fysioterapeut	Avgipsning. Suturtagning.  Bedömning: Kontroll av rörlighet dig I, dig II-V, handled, armbåge, axel. Kontroll av svullnad, ärr, känsel, smärta. Kontroll av ADL-förmåga.  Träning: Rörlighetsträning enligt program <a href="#">Tumbasartros, opererad 2-3 veckor</a> Rörelseuttaget ska ske smärtfritt och maximal tillåten opposition är till fingertoppen dig III.  Svullnad: Ge information om ödemprofylax.  Ortos: Utprovning av prefabricerad ortos (Selection 35202 eller liknande) som ger stöd för operationsområdet, tummens MCP-led samt ett visst stöd för handleden. Används dygnet runt till 6 veckor efter operation. Får tas av för rörelseträning och handtvätt.

		ADL: Handen kan användas i vardagliga aktiviteter som innebär extremt lätt belastning på tummen med ortosen på, enligt <a href="#">Tumbasartros, opererad - Belastningsschema</a> .
4–5 veckor	Fysioterapeut	<p>Bedömning: kontroll av rörlighet, svullnad, ärr, känsel, smärta och ADL-funktion. Mätmetoder enligt bilaga 1.</p> <p>Träning: Uppföljning av träningsinstruktioner. Lägg till radial-/volarabduktion och opposition till dig IV-V enligt program <a href="#">Tumbasartros, opererad 4-5 veckor</a></p> <p>Instruera patienten att börja med pinch- och kramövningar med mjuk träningsdeg 6 veckor efter operationen.</p> <p>Svullnad; ödemprofylax, vid behov utprovning av kompressionshandske.</p> <p>Ärr; råd att massera lätt, vid behov silikonbehandling Sensibilitet; råd om beröring, härdning</p> <p>Ortos: Fortsatt användning av ortos dygnet runt 1 vecka till. Därefter endast dagtid i ytterligare 2 veckor. Successiv avveckling natttid beroende på smärtan.</p> <p>ADL: Användning av handen enligt <a href="#">Tumbasartros, opererad - Belastningsschema</a> En stor del av träningen bygger nu på att använda hand och tumme i rätt grepp, med successivt ökande belastning utan att forcera smärta.</p>
6 veckor	Läkare	Röntgen. Klinisk kontroll.
7–8 veckor	Fysioterapeut	<p>Vid behov. Efter initial mobilisering och om tillståndet bedöms vara komplikationsfritt kan fortsatt uppföljning och rehabilitering, förutsatt att kompetens finns, skötas i primärvården.</p> <p>Träning: uppföljning av träning, fortsatt rörelseträning i funktionella grepp där tummen involveras. Lägg eventuellt till ytterligare träning med deg/putty samt träning av intrinsicmuskulatur och proprioception för bättre finmotorik.</p>

		<p>Ortos: Avveckla ortosen utifrån smärtsituation och aktivitetskrav.</p> <p>ADL: Medeltung belastning till smärtgräns. Information att successivt öka belastningen fram till 12 veckor efter operationen.</p>
12 veckor	Fysioterapeut	<p>Vid behov.</p> <p>ADL: Tummen tål normal belastning. Styrkan återfås främst genom ökad användning av handen i det dagliga livet.</p> <p>Läkningstiden efter en tumbasoperation beräknas vara tre månader. Under denna period pågår rehabiliteringen, men handens funktion, rörlighet och styrka fortsätter att förbättras under upp till ett år.</p>

**Tabell 2. Trapezektomi/senplastik**

Tid efter operation	Behandlare	Trapezektomi, med eller utan senplastik
2.5 - 3 veckor	Sjuksköterska Fysioterapeut	<p>Avgipsning. Suturtagning.</p> <p>Bedömning: Kontroll av rörlighet dig I, dig II-V, handled, armbåge, axel. Kontroll av svullnad, ärr, känsel, smärta. Kontroll av ADL-förmåga.</p> <p>Träning: Rörlighetsträning enligt program <a href="#">Tumbasartros, opererad 2-3 veckor efter operation</a>. Rörelseuttaget ska ske smärtfritt och maximal tillåten opposition är till fingertoppen dig III.</p> <p>Svullnad: Ge information om ödemprofylax.</p> <p>Ortos: Utprovning av prefabricerad ortos (Selection 35202, Comfort Cool eller motsvarande) som ger stöd för operationsområdet, tummens MCP-led samt ett visst stöd för handleden. Används dygnet runt till 6 veckor efter operation. Får tas av för rörelseträning och handtvätt.</p> <p>ADL: Handen kan användas i vardagliga aktiviteter som innebär extremt lätt belastning på tummen med ortosen på, enligt <a href="#">Tumbasartros, opererad - Belastningsschema</a></p>



		operationen. Det kan ta upp till ett år innan bästa möjliga styrka återfåts.
12 veckor	Läkare  Fysioterapeut	Klinisk kontroll hos läkare.  Vid behov.  ADL: Tummen tål normal belastning. Styrkan återfås främst genom ökad användning av handen i det dagliga livet.  Läkningstiden efter en tumbasoperation beräknas vara tre månader. Under denna period pågår rehabiliteringen, men handens funktion, rörlighet och styrka fortsätter att förbättras under upp till ett år.

Om komplikationer tillstöter behövs ofta tätare kontakt med patienten. Mer eller mindre vanliga komplikationer är svullnad, smärta, rörelserädsla, CRPS, känselnedsättning, hyperestesi och ärrbildning med adherenser. Eventuella problem behöver åtgärdas tidigt för att skapa bästa förutsättningar för rehabilitering.

Vid misstanke om infektion, luxerad protes eller tecken på CRPS ska akut kontakt med läkare tas.

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

## Relaterad information

Preoperativ information – [Infobladd - Tumbasartros operation.](#)

Träningsprogram – Tumme – [Tumbasartros, opererad opererad 2–3 v efter operation](#)

Träningsprogram – Tumme – [Tumbasartros, opererad 4–5 v efter operation](#)

Träningsprogram – Tumme – [Tumbasartros, opererad - Belastningsschema](#)

Nationellt kliniskt kunskapsstöd Handkirurgi [Nationellt vårdprogram för tumbasartros](#)

## Arbetsgrupp

Ulrika Hallin Fysioterapeut, Fysioterapi Mölndal (ulrce1)

Nina Meuller Fysioterapeut, Fysioterapi Mölndal (ninme2)

Per Hessman Överläkare Handkirurgi Mölndal (perhe11)

Erik Hertzman Specialistläkare Handkirurgi Mölndal (eriwa8)

## Källförteckning

[Nationellt vårdprogram för tumbasartros](#) Stöddokument för behandling av tumbasartros – inom primärvård och specialiserad vård Nationellt programområde för rörelseorganens sjukdomar. 2022-08-25 Version 1

Froschauer SM, Holzbauer M, Mihalic JA, Kwasny O. TOUCH® Prothesis for Thumb Carpometacarpal Joint Osteoarthritis: A Prospective Case Series. J Clin Med. 2021 Sep 10;10(18):4090. doi:10.3390/jcm10184090.

Lussiez B, Falaise C, Ledoux P. Dual mobility trapeziometacarpal prosthesis: a prospective study of 107 cases with a follow-up of more than 3 years. J Hand Surg Eur Vol. 2021 Nov;46(9):s 961-7. doi: 10.1177/17531934211024500.

Falkner F, Tümkaya AM, Thomas B, Panzram B, Bickert B, Harhaus L. Dual mobility prosthesis for trapeziometacarpal osteoarthritis: results from a prospective study of 55 prostheses. J Hand Surg Eur Vol. 2023 June;48(6):s 566-74. doi 10.1177/17531934231156280.

### Bilaga 1. Rekommenderade mätmetoder

Bedömning och utvärdering av handfunktion och aktivitetsförmåga efter operation av tumbasartros inkluderar mätning med objektiva parametrar. (Patientens aktivitetsförmåga och egen upplevelse dokumenteras i journalen.) Vid bedömning av rörlighet och styrka bör nationella mätmetoder enligt handkirurgiskt kvalitetsregister (HAKIR) användas.

Tid för mätning	Bedömning	Mätningar
5 veckor efter operation.	Fingerrörlighet	Knytdiastas till distala böjvecket i millimeter.
8 och 12 veckor efter operation, vid behov.	Tumrörlighet	Sammanfatt flexion-extension av MCP I, med fingergoniometer. Radial- och palmarabduktion, med goniometer 20 cm. Oppositionsförmåga dig I till dig II-V enligt Kapandji-score.  Kvarstående adduktionskontraktur bör dokumenteras.
	Smärta	Visuell Analog Skala (VAS) Vila
Tidigast tre månader efter kirurgi, vid behov.	Greppstyrka helhandsgrepp	Jamar (kg)
	Nyckelgrepp	Pinch Gauge (kg)

# Information om handlingen

**Handlingstyp:** Rutin

**Gäller för:** Verksamhet Handkirurgi, Verksamhet Arbetsterapi och fysioterapi

**Innehållsansvar:** Ulrika Hallin, (ulrce1), Specialistfysioterapeut

**Granskad av:** Erik Hertzman, (eriwa8), Specialistläkare, ST

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

**Dokument-ID:** SU9807-1076540875-145

**Version:** 1.0

**Giltig från:** 2025-09-02

**Giltig till:** 2027-09-02