

Sjukhusen i väster

Alingsås lasarett

2025-02-11

Dagkirurgisk information till dig som är nyopererad

Hand och handledsoperation

Du är opererad för

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Handledsfraktur | <input type="checkbox"/> Triggerfinger |
| <input type="checkbox"/> Finger/Tumfraktur | <input type="checkbox"/> Mb De Quervain |
| <input type="checkbox"/> Annan skada | <input type="checkbox"/> Dupuytren's kontraktur |
| <input type="checkbox"/> Carpaltunnelsyndrom | <input type="checkbox"/> Annat: |
-

Svullnad

En operation i handen medför alltid en svullnad. Svullnaden ska förebyggas, då den obehandlad leder till smärta och ärrbildning och därmed ett sämre operationsresultat.

Därför är det viktigt med **högläge** = håll handen i hjärthöjd eller högre. Det första dygnet är det viktigaste, och nattetid är det bra om handen kan vila på en kudde. För att minska svullnaden är det viktigt att **röra på de fingrar/tumme** som inte är ingipsade och även på armbåge och axel. Tendensen till svullnad kommer att finnas kvar i den opererade handen under lång tid efter operationen. Du får även en broschyr som heter **"Till dig som har en nyskadad/nyopererad hand"** där övningar för att minska svullnad och öka rörlighet beskrivs.

Smärta

Smärta i operationsområdet är normalt. I samband med operationen läggs ibland en **blockadbedövning** denna kommer sitta i många timmar men sedan är det bra att komplettera med tabletter som kan köpas receptfritt på apotek. Du ska börja ta dina tabletter när du känner att bedövningen är på väg att släppa. **Paracetamol** och **Ibuprofen** kan tas tillsammans (om du tål dessa och får ta dem för din kirurg). Följ anvisningarna på förpackningen. Använd den blå slyngan tills du har full kontroll på din arm.

- Svår smärta som inte visar tecken på att ge med sig kan bero på ett för hårt sittande bandage
- Om smärtan återkommer efter att ha minskat kan det bero på bristande högläge eller överansträngning av handen.
- Om smärtan inte kan förklaras av ovanstående, är svår och dunkande eller du har sjukdomskänsla med ev. feber kan man misstänka infektion. Kontakta då sjukvården.

Kontakt

Om behov av vårdkontakt; Ortopedmottagningen 0322-22 64 00, (ring gärna tidigt på morgonen för att få en tid), din vårdcentral eller 1177. Blev du utskriven från den postoperativa avdelningen är du välkommen att höra av dig dit **inom ett dygn** efter operationen på telefonnummer 0322-22 60 36.

Om det gått längre tid än ett dygn är du välkommen att kontakta ortopedmottagningen, din vårdcentral eller 1177 kväll/natt/helg.

Efter operation av handledsfraktur eller av Dupuytrens kontraktur finns en särskild uppföljningsrutin och du har då redan blivit kontaktad av rehabmottagningen för tidig uppföljning.

Sjukskrivning

Om du behöver vara hemma från arbetet eller inte beror på dina arbetsuppgifter. Första veckan behövs inget läkarintyg. Anser läkaren att du ska vara hemma längre från arbetet skrivs ett läkarintyg/sjukskrivning. Intyget skickas elektroniskt till Försäkringskassan. Du kan själv hämta det på 1177.se eller forsakringskassan.se för att skicka det vidare till arbetsgivaren.

- Ingen sjukskrivning
- Sjukskrivning: _____

Stygn/förband

Förbandet eller gipset får inte bli vått, då måste det bytas eftersom risken för infektion ökar och/eller stabiliteten i gipset minskar. Skydda handen med plastpåse när du är i kontakt med vatten. Låt både det yttre och inre förbandet sitta på fram till suturtagning.

- Stygn tas bort hos distriktsköterskan om 2 veckor. Se bifogad remiss.
- Stygn tas bort i samband med återbesök till ortopedmottagningen.
- Annat: _____

Ärret

Ärret är rött och tjockt till en början men mjuknar och bleknar sedan succesivt under lång tid (år).

Vid kvarstående besvär

Om du har kvarstående besvär i form av svullnad, svårighet att använda handen, nedsatt handstyrka eller besvär från ärrområdet, tag kontakt med en arbetsterapeut:

- Handteamet, Rehabmottagning, Alingsås lasarett 0322-22 62 85
- Primärvårdsrehab, kontaktuppgifter finner du via www.1177.se/hitta-varld

Återhämtning och sårhäkning går bättre om du kan börja röra på dig så snart som möjligt efter operationen. Det är därför viktigt att du förebygger svår smärta genom att ta de ordinerade smärtstillande tabletterna de första dagarna efter operationen.

De läkemedel som är förkryssade kan användas:

- Tablett **Paracetamol 500 mg (ex Alvedon, Panodil)** Nästa gång klockan _____
Tag 2 st 4 gånger/dygn var 6:e timma
- Tablett **Ibuprofen 400 mg (ex Ipren, Ibumetin)**. Nästa gång klockan _____
Tag 1st 3 gånger/dygn var 8:e timma (Om du tål dessa)
- Tablett **OxyContin** _____ mg Tag 1 tablett i kväll vid läggdags och 1 i morgon bitti.
(Långverkande morfin som tas var 12:e timma. OBS STARKT VANEKILDANDE!)
- Tablett **Oxycodone 5 mg / Kapsel OxyNorm 5 mg Vid behov**. Max 1 tablett var 6:e timma.
(Snabbverkande morfin OBS: STARKT VANEKILDANDE!)
- Tablett **Postafen** 25 mg vid illamående, tas vid behov. (Receptfritt)
- Injektion **Innohep** 4500 E subcutant under.....dygn. Nästa gång klockan _____
(blodproppsförebyggande) Tas 1 gång per dygn på kvällen vid samma tidpunkt.
- Pulver **Movicol** förebyggande mot förstoppning. (Receptfritt)
- _____
- _____

Du har även **E Recept** att hämta på Apoteket Ja Nej

Återbesök/ telefontid till läkare om ____ veckor Ja Nej

Arbetsterapeut om ____ dagar / veckor

Tag själv kontakt med primärvårdsrehab, se 1177.se/hitta vård

Remiss skickad, Handteam Alingsås lasarett

Ytterligare information:
