

Behandeling na Tenolysis bij verklevingen in de hand

DATUM OPERATIE:

...../...../.....

INLEIDING

Recent bent u geopereerd aan een of meerdere vingers van uw hand (tenolysis), omdat uw pezen waren verkleefd in het littekenweefsel. Het doel van een tenolysis is het verbeteren van het glijden van de pezen. Tijdens de operatie zijn de pezen losgemaakt uit het omgevend littekenweefsel/omliggende structuren. Hierdoor zal er meer actieve beweging in de vinger en hand mogelijk worden. Om deze beweeglijkheid in uw vinger te behouden is aansluitend intensieve revalidatie noodzakelijk.

In deze brochure leggen wij u globaal uit wat u kunt verwachten van het handenteam en wat de behandeling inhoudt.

REVALIDATIE- HANDETEAM:

Het handenteam van het Slotervaartziekenhuis bestaat uit 4 handtherapeuten en een revalidatiearts. Indien nodig kunnen ook andere disciplines ingeschakeld worden zoals maatschappelijk werk of een psycholoog. De eerste week zult u in principe dagelijks een afspraak hebben met een van de handtherapeuten (het weekend uitgezonderd). Daarna zal, afhankelijk van het verloop, de frequentie verminderd worden. De handtherapeut zorgt voor de huid- en wondverzorging, volgt het herstel van de hand, zal met u oefenen en u oefeningen meegeven voor thuis. Daarnaast wordt u (schriftelijk) opgeroepen voor een afspraak met de revalidatiearts. Deze arts is uw aanspreekpunt gedurende de gehele revalidatieperiode en houdt toezicht op het revalidatieproces, de genezing van uw hand en indien noodzakelijk wordt er medicatie, röntgenfoto's of andere onderzoek ingezet. Ook als ondersteuning door andere disciplines noodzakelijk blijkt, draagt de revalidatiearts hier zorg voor.

Afhankelijk van uw herstel, heeft u 1 of meerdere afspraken bij de revalidatiearts tijdens uw revalidatie.

VERWACHTE DUUR VAN DE NABEHANDELING:

Afhankelijk van het verloop, echter minimaal 2 à 3 weken.

WONDVERZORGING EN HUIDVERZORGING

Eén à twee dagen na uw operatie verwijdert de handtherapeut het verband dat uw (plastisch) chirurg heeft aangelegd. De wond wordt schoongemaakt en gecontroleerd. Indien er problemen zijn met de wond, overlegt de handtherapeut altijd met uw (plastisch) chirurg of revalidatiearts. Tijdens uw afspraak met de handtherapeut wordt de huid gecontroleerd op zwelling en mogelijke (allergische) reacties op het gebruikte materiaal. Het is belangrijk dat in deze periode de huid en de wond schoon en droog blijven.

HECHTINGEN VERWIJDEREN

10 tot 14 dagen na uw operatie worden de hechtingen door uw (plastisch) chirurg of uw handtherapeut verwijderd.

LITTEKENBEHANDELING:

Zodra het mogelijk is wordt gestart met littekenbehandeling, indien noodzakelijk. Doel van littekenbehandeling is om het litteken zo soepel mogelijk te maken, waardoor de beweeglijkheid van de vinger(s) optimaal blijft. Littekenbehandeling kan bestaan uit manuele massage, gebruik van massage apparaat en/of littekenpleisters. Tevens krijgt u instructies hoe dit thuis toe te passen.

RISICOFACTOREN:

Risicofactoren voor het ontstaan van complicaties en/of vertraagd herstel zijn divers en worden met u besproken. Belangrijk om te noemen is dat roken vaatvernauwend werkt waardoor wondgenezing minder goed op gang komt.

Daarnaast is bekend dat suikerziekte zorgt voor een algeheel slechtere wondgenezing. Goede medicatie instelling is belangrijk. Indien u hiermee bekend bent, is het belangrijk dit te melden aan de handtherapeut, zodat zij extra alert is op mogelijke complicaties. Het niet opvolgen van adviezen, oefeningen en instructies kan leiden tot een minder goed herstel dan beoogd.

TE VERWACHTEN RESULTAAT:

Meer actieve beweegbaarheid in de vinger en hand.

NABEHANDELING: (globaal; in individuele situaties kan hiervan afgeweken worden)

De handtherapie zal direct na de operatie gestart worden. In het algemeen zal er gedurende de eerste week dagelijks geoefend worden

Daarna is de behandelfrequentie 2 à 5 keer per week afhankelijk van het beloop.

Er zal door uzelf veelvuldig en intensief actief geoefend moeten worden om ervoor te zorgen dat de pezen optimaal blijven glijden door de omliggende structuren. Indien er niet consequent geoefend wordt, bestaat de kans dat de pezen weer gaan verkleven.

U krijgt oefeningen mee van de therapeut die u thuis elk uur (overdag én 's avonds) moet uitvoeren.

Wanneer het oefenen belemmerd wordt door pijnklachten gebruikt u paracetamol (500 mg.), maximaal 6 paracetamol per dag.

De hand mag ingeschakeld worden bij lichte dagelijkse activiteiten.

De therapeut bespreekt met u wanneer u de hand weer zwaarder mag belasten.

Advies omtrent werkhervatting (afhankelijk van soort werk) in overleg met de therapeut/revalidatiearts.

VRAGEN?

Voor vragen of overleg na aanleiding van deze folder en/of uw persoonlijke situatie, kunt u terecht bij uw:

handtherapeut, tel: 020 – 512 4269 of
revalidatiearts, tel: 020 – 512 5242.