

Behandeling na Volair plaatletsel (niet operatief behandeld)

INLEIDING

U heeft enkele dagen geleden een letsel aan uw vinger opgelopen (beschadiging van het gewrichtskapsel).

De (plastisch) chirurg of revalidatiearts heeft het letsel onderzocht en beoordeeld. Om dit weefsel goed te laten genezen en er voor te zorgen dat u uw vinger straks weer goed kunt gebruiken bij dagelijkse activiteiten, is handrevalidatie belangrijk.

In deze folder 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. Tijdens uw behandeling heeft u in principe 1 à 2x per week een afspraak met een handtherapeut. Zij 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.

VERWACHTE DUUR VAN DE NABEHANDELING:

De verwachte revalidatieperiode is ongeveer 12 weken. Bij zware activiteiten adviseren wij u om tot 6 maanden na de operatie de spalk te blijven dragen

HUIDVERZORGING

Er wordt een spalk vervaardigd die u 6 weken lang 24 uur per dag omhoudt.

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 schoon en droog blijven.

LITTEKENBEHANDELING:

Indien noodzakelijk wordt er gestart met littekenbehandeling (als er sprake is van onderhuidse verklevingen/ littekenweefsel).

Doel van littekenbehandeling is om onderhuids littekenweefsel zo soepel mogelijk te houden, 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 zullen met u besproken worden. 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.

TE VERWACHTEN RESULTAAT:

Zonder complicaties kunt u uw hand na 12 weken weer redelijk normaal gebruiken. Echter bij zware activiteiten adviseren wij u om tot 6 maanden na de operatie de spalk te blijven dragen

Het kan zijn dat u een (geringe) strekbeperking van het aangedane gewricht over houdt.

NABEHANDELING: GLOBALE INDELING: IN
INDIVIDUELE SITUATIES KAN HIERVAN AFGEWEKEN
WORDEN

Week 1-6:

- U krijgt (binnen enkele dagen) een spalk van de handtherapeut die er voor zorgt dat u de vinger niet volledig kunt strekken in het aangedane gewricht.
- U moet de spalk 6 weken dragen, dag en nacht.
- U mag de vinger zelf actief buigen (volledig) en actief strekken zo ver als mogelijk is in de spalk.
- U heeft 1 à 2x per week een controle bij de handtherapeut, afhankelijk van uw situatie.

Week 6-9

- De spalk wordt afgebouwd. U krijgt instructies mee van uw therapeut hoe u de spalk moet afbouwen.
- Langzaam wordt het strekken van het aangedane gewricht opgebouwd.
- U kunt uw hand weer geleidelijk inschakelen bij (lichte) dagelijkse activiteiten.

Week 9-12

- opbouw zwaardere activiteiten
- bij zware belasting spalk om tot 6 maanden na de operatie

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.