

FRIGÖRING AV HANDLEDSNERVEN

På insidan av handleden finns en handledskanal, som nerven löper igenom. Symptomen är bl. a. att det sticker i tummen, lång- och ringfingret och de domnar, speciellt om nätterna. Dessutom förekommer smärta i handleden då den kraftigt vrids eller böjs och kraften i fingrarna blir nedsatt. Ifall symptomen varat en längre tid, kan stickning och domning förekomma ännu några veckor tom månader efter operationen.

Operation

Operation görs i intravenös- eller lokalbedövning. Snittet görs bågformat på handledens inre sida. Vävnaderna klyvs i längdriktning till nervens yta. Efter detta sys huden ihop.

Smärtvård

Använd värkmedicin regelbundet under flera dagar. Handen bör vara i mitella 2 dygn, för att minska värk och svullnad.

Sårvård

Efter operationen läggs ett handförband, som kan tas bort efter 3 dygn. Såret får **duschas** med ljumt vatten. Därefter kan såret skyddas med rent förband.

Stygnen avlägsnas vid hälsocentralen eller arbetshälsovården. **Bastu** och simning är tillåtet ett dygn efter att stygnen avlägsnats. Efter stygnborttagningen kan såret masseras lätt med bassalva, för att mjuka upp ärrät.

Fortsatt vård

Håll handen i höjt läge åtminstone 2 dygn efter operationen, för att förhindra blödning och svullnad. Rör fingrarna och armbågsleden lätt från följande dag efter operationen. Efter 2 dagar får handen användas normalt så mycket som smärtan tillåter.

Gymnastikprogram

Följande dag:

Knyt näven och sträck på fingrarna.

Tryck turvis tummen mot de andra fingrarna - sträck på fingrarna.

Efter en vecka:

Krama ett mjukt föremål, t.ex. en boll, så att underarmens muskler spänns.

Efter stygnborttagningen, när såret har bättrats, är det viktigt att röra handleden, för att förhindra uppkomst av ärrvävnad.

Efterkontroll behövs vanligen inte.

Sjukledigheten är ca 4 veckor.

Ifall det uppstår problem med tillfrisknandet eller med sårläkningen, ta kontakt med den egna hälsocentralen, arbetshälsovården, operationsavdelningen (06) 826 4637, kirurgiska avdelningen 7 (06) 826 4310, kirurgiska avdelningen 10 (06) 826 4310 eller med samjouren 116 117.