

Tenosynovectomie

Inhoud

Inleiding	3
De operatie	3
Na de operatie	3
Hand hoog houden	3
Oefentherapie	3
De rustspalk	4
De dynamische handspalk	5
Omgaan met de spalken	5
Neem zo spoedig mogelijk contact op met de dokter, de ergo- of de fysiotherapeut in de volgende situaties:	6
Handenspreekuur	6
Handevaluatie	6
Ontslag	6
Oefeningen	6
Oefening na de buigpeesoperatie	7
Oefening na de strekpeesoperatie	7
De Sint Maartenskliniek	7
Colofon	8

Inleiding

Binnenkort wordt u geopereerd aan uw hand. In deze brochure staat beschreven wat u vóór, tijdens en na de operatie te wachten staat.

De operatie

Tijdens de operatie zullen er ontstoken delen rondom een pees of in een peesschede worden verwijderd. De pees glijdt dan beter, zodat u uw vingers weer soepeler kunt buigen en strekken. Deze operatie kan zowel plaatsvinden bij buigpezen (deze pezen zijn verantwoordelijk voor het buigen van uw vingers en pols) als bij strekpezen (deze pezen zijn verantwoordelijk voor het strekken van uw vingers en pols). Wij willen u erop wijzen dat er bij een tenosynovitis altijd een kleine kans bestaat dat de ontsteking terugkomt. Dit is afhankelijk van het verloop van uw ziekteproces.

Na de operatie

Hand hoog houden

U dient de geopereerde hand, indien mogelijk, gedurende drie dagen en vijf nachten na de operatie hoog te houden.

Oefentherapie

Op de eerste dag na de operatie wordt er gestart met oefentherapie door de ergotherapie en de fysiotherapie. Tot de veertiende dag oefent u één keer per dag met de ergotherapeut en één keer per dag met de fysiotherapeut. Het doel van de oefentherapie is de bewegingsuitslagen te vergroten en verklevingen van de pezen te voorkomen. Afhankelijk van de kwaliteit van de pezen zal bekeken worden in hoeverre u deze mag belasten. Dit wordt tijdens de operatie bepaald door de chirurg.

De rustspalk

Na de operatie krijgt u gedurende vijf dagen een rustspalk. (zie figuur 1) Daarna draagt u deze spalk alleen 's nachts. De rustspalk is gemaakt van kunststof en wordt op de plaats gehouden middels klittenband.

De spalk zit tegen de handpalm en loopt door tot over de pols. Binnen de rustspalk zijn geen bewegingen van de hand en pols mogelijk. Uw vingers worden in een gebogen stand gehouden en de pols in een ontspannen houding. De rustspalk zorgt voor rust en bescherming van de hand. Deze spalk dient u zes weken 's nachts te dragen.



Fig.1. Rustspalk

De dynamische handspalk

Naast de rustspalk krijgt u, indien dit noodzakelijk is, vanaf de vijfde dag een dynamische handspalk voor overdag. Deze spalk krijgt u alleen als de pezen erg kwetsbaar zijn. De dynamische handspalk is ook gemaakt van kunststof en wordt door klittenband op de plaats gehouden. Aan deze spalk zijn elastiekjes met vingerlusjes bevestigd. Deze lusjes zitten om uw vingers, waardoor uw pezen geholpen worden met bewegen. Hierdoor komt er niet teveel rek op de geopereerde pezen.

Wanneer u aan de strekpezen wordt geopereerd, krijgt u een spalk aangemeten met de elastiekjes op de handrug. U kunt uw vingers zelfstandig buigen, de elastiekjes ondersteunen uw vingers tijdens het strekken. (zie figuur 2.1)

Als u aan de buigpezen wordt geopereerd, krijgt u een spalk aangemeten met de elastiekjes aan de palmzijde van uw hand. U kunt uw vingers zelfstandig strekken, de elastiekjes ondersteunen uw vingers tijdens het buigen.

Deze spalk draagt u totdat de pezen sterk genoeg zijn. Het aanmeten van de spalken en de controle zal door de gipsmeester en de ergotherapeut worden gedaan.

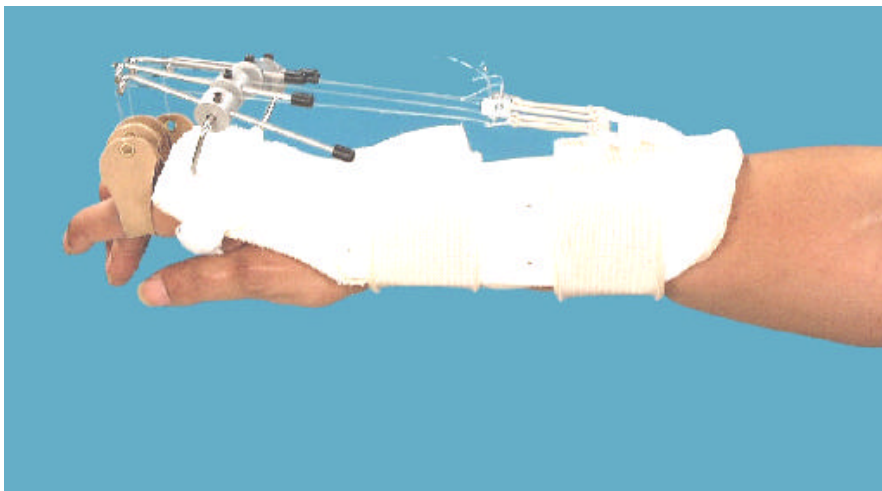


Fig. 2.1 Dynamische spalk bij strekpeesoperatie

Omgaan met de spalken

Het dragen van de spalken is een belangrijk onderdeel van de therapie na de operatie. De spalken moeten immers gedurende lange tijd worden gedragen. Bij het uitvoeren van dagelijkse activiteiten zullen de spalken beperkingen opleveren. Om het dragen van de spalken zo prettig mogelijk te maken, is het raadzaam onderstaande punten in acht te nemen:

Wissel het dragen van de dynamische spalk en de rustspalk af in overleg met de ergotherapeut, of - als u al bent ontslagen uit de Maartenskliniek - de fysiotherapeut.

Spalken kunnen schoongemaakt worden met lauwwarm zeepwater (niet warmer dan 30°). Gebruik neutrale zeep, biologisch waspoeder of tandpasta. Gebruik geen schuurmiddelen of afwasmiddel. Geadviseerd wordt om de spalk elke dag schoon te maken.

Zorg ervoor dat de spalk goed droog is voor u hem omdoet.

Om transpiratie tegen te gaan, kunt u onder de spalk een kousje dragen.

Leg de spalk niet op een warme plaats (zoals in de zon of bij de verwarming); hierdoor treedt vervorming op.

Zorg ervoor dat de klittenbanden en vingerlusjes niet zo strak zitten dat de bloedsomloop wordt belemmerd.

Neem zo spoedig mogelijk contact op met de dokter, de ergo- of de fysiotherapeut in de volgende situaties:

- Bij extreme pijn, stijfheid, roodheid of tintelingen, door gebruik van de spalk.
- Als de spalk te ruim of te strak is geworden. Draag, indien nodig, zolang de andere spalk.
- Als aanpassingen noodzakelijk zijn of als de spalk stuk is. U mag de spalk op geen enkele manier aanpassen.
- Als beweging van de vingers vermindert of verdwijnt.

Handenspreekuur

In de derde week, de zesde week en de derde maand na de operatie wordt u door de arts verwacht voor controle van de wond en de pezen. Tevens zal er naar de functie van de hand en de pols worden gekeken.

Handevaluatie

Het onderzoek van de hand zoals voor de operatie heeft plaatsgevonden, wordt herhaald na de operatie in maand zes en maand twaalf. Het herhalen van deze handevaluatie is van belang om veranderingen te kunnen constateren en het effect van de operatie te kunnen bepalen. Deze handevaluatie zal door de ergotherapeut en de fysiotherapeut worden uitgevoerd.

Ontslag

Ongeveer zeven dagen na de operatie wordt u ontslagen uit het ziekenhuis. Na ontslag kunt u worden doorverwezen naar een fysiotherapeut of ergotherapeut in uw eigen omgeving. Er wordt dan wel gezocht naar een therapeut die gespecialiseerd is in handproblemen.

Oefeningen

Regelmatig oefenen is belangrijk maar let erop dat u zich houdt aan de gestelde oefenmomenten. Wanneer u teveel oefent, kan er overbelasting optreden. Pijn mag niet langer dan een half uur na het oefenen aanwezig zijn.

De oefeningen die hieronder beschreven staan, mogen alleen uitgevoerd worden na instructie van de ergotherapeut en/of fysiotherapeut. Zij kunnen tevens aangeven welke oefeningen voor u geschikt zijn en hoe vaak u deze mag uitvoeren. Indien niet anders aangegeven moet de dynamische spalk gedragen worden tijdens het oefenen.

Oefening na de buigpeesoperatie

De vingers geheel strekken, zover de spalk toelaat, daarna zullen de elastiekjes van de dynamische spalk ervoor zorgen dat de vingers weer gebogen worden.

Oefening na de strekpeesoperatie

De vingers geheel buigen, zover de spalk toelaat, daarna zullen de elastiekjes van de dynamische spalk ervoor zorgen dat de vingers weer gestrekt worden.

De Sint Maartenskliniek

De Sint Maartenskliniek is een gespecialiseerd ziekenhuis voor aandoeningen aan de menselijke motoriek en de aansturing daarvan. De Sint Maartenskliniek bestaat uit een orthopaediecentrum, een reumacentrum en een revalidatiecentrum. Hier worden ook patiënten behandeld met functiestoornissen als gevolg van hersenletsel of een aandoening aan het zenuwstelsel. Daarnaast heeft de Sint Maartenskliniek een eigen afdeling voor wetenschappelijk onderzoek. De combinatie van op elkaar aansluitende specialismen geeft de Sint Maartenskliniek een centrumfunctie voor patiënten met aandoeningen aan het houdings- en bewegingsapparaat.

De Sint Maartenskliniek heeft circa 300 bedden, 450 plaatsen voor dagbehandeling en een uitgebreide polikliniek. Er werken circa 1500 personen en de kliniek heeft ongeveer 75 specialisten en assistenten in opleiding.

Meer informatie of vragen Voor vragen of meer informatie kunt u contact opnemen met: de reumaconsulente, tel. (024) 365 9283
e-mailadres: reuma.consulenten@maartenskliniek.nl

Colofon Uitgave van de afdeling Communicatie, i.s.m. het reuma- en orthopaediecentrum

23 november 2004

Artikelcode 1044872

Bezoekadres Hengstdal 3, 6522 JV Nijmegen
Postadres Postbus 9011, 6500 GM Nijmegen
Telefoon (024) 365 99 11
Telefax (024) 365 92 04
Internet www.maartenskliniek.nl



Sint Maartenskliniek

NIJMEGEN