

Dupuytren´s kontraktur

Behandling efter operation





Region Kalmar län

Efter avgipsningen

När du blivit av med gipset efter ca 1 vecka får du en plastskena (ortos) till handen. Ortosen ska användas dygnet runt tills det gått 14 dagar efter operation, och ska bara tas av vid träning. Syftet med ortosen är att bibehålla den sträckning som uppnåtts under operationen. Se till att resten av handen hålls mjuk och rörlig under tiden.

Du får börja använda hela handen i grepp 10-14 dagar efter operationen (eller senare om såren ej är läkta). Då använder du ortosen nattetid. Ortosen behövs så länge som fingret blir mer krokigt på kvällen än det är på morgonen, vilket kan bli upp till 6 månader efter operationen.

Inget inuti handen kan gå sönder när du använder handen men naturligtvis måste huden successivt vänjas vid användning för att hålla. När huden är läkt tvättar du handen dagligen och smörjer in den efteråt.

Några veckor efter att huden läkt kan ärren i handflatan kännas hårda och hindra böjning av fingrarna. Du kan då behöva massera på ärren. Efterhand blir ärren mjuka och ljusare i färgen.



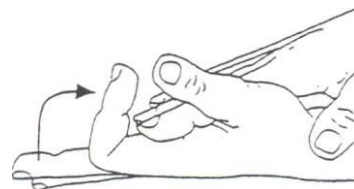
Träningsprogram

Du bör utföra övningarna 4 gånger/dag och göra 5 repetitioner av varje övning. Sitt bekvämt så du är avslappnad i arm och axel. Låt underarmen vila mot bordet.

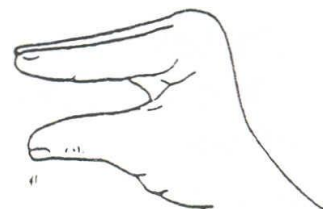
1. Håll med andra handen nedanför ytterleden på det finger som ska tränas. Böj leden, håll kvar 5 sek. Sträck därefter fullt och håll kvar i 5 sek.



2. Håll med andra handen nedanför mellanleden. Böj leden, håll kvar 5 sek. Sträck därefter fullt och håll kvar 5 sek.



3. Böj knoglederna maximalt men håll övriga lederna raka, håll kvar 5 sekunder. Sträck därefter fullt och håll kvar 5 sek.



4. Knyt handen och håll kvar 5 sekunder. Se till att handleden inte följer med i böjningen. Det är viktigt att fingrarnas leder böjs så långt du kan.



Vid besvär

Om du får några besvär från handen såsom smärta, svullnad eller stelhet i fingrarna är det viktigt att du hör av dig till den mottagning där du behandlas.

Du når din mottagning via regionens växel på telefonnummer 010-358 00 00 alternativt via 1177.se.