

Hyperestesi

Överkänslighet i huden



Överkänslighet, även kallat hyperestesi, är ett tillstånd av extremt obehag. Obehaget uppenbarar sig i eller nära ett ärr område eller i ett område med nervskada.

Hyperestesi beror på att nerven/nervtrådarna reagerar "fel" efter en skada eller ingrepp. Istället för att uppfatta beröring normalt registrerar nerven obehag.

Det är viktigt att så snart som möjligt komma igång med användning av handen i normala rörelsemönster och även använda det överkänsliga området vid grepp.

Hyperestesi kan ofta tränas bort genom härdning som beskrivs nedan.

Behandlingen går ut på att "bombardera" det känsliga området med stimulering för att höja hudens tålighet. Du får pröva olika material med olika struktur. Av dessa väljs det/de material som kan användas för träning utan att ytterligare besvär framkallas. Efterhand kommer träningsmaterialet att bytas så att rätt nivå på träningen bibehålls. Det är viktigt att träningen inte ger mer obehag eller smärta.

Träningsinstruktioner

- Träna 3 till 4 ggr per dag.
- Berör det överkänsliga området med lätta strykande rörelser. Använd utprovat/rekommenderat material.
- Håll på i 5-10 minuter, om domningskänsla uppkommer kan träningstillfället avslutas.

Rehabiliteringsförloppet är mycket individuellt. Vanligen ser man en förbättring redan efter några veckor.



*Rehabenheten, Hand- och Plastikkirurgiska kliniken, Brännskadecentrum,
Universitetssjukhuset i Linköping, 2015*