

Kämmenkalvon kurouman (Dupuytrenin kontraktuura) leikkauksen jälkeinen kuntoutus

Kämmenkalvon kurouma syntyy, kun kämmenen alueen sidekudoksen liikakasvu aiheuttaa kyhmyjä ja sormia koukkuun vetäviä juosteita. Tavallisimmin kurouma esiintyy kämmenen ulkosyrjällä nimettömän- ja/tai pikkusormen alueella. Vähitellen taudin edetessä sormien virheasento vaikeuttaa päivittäisiä toimintoja, kuten hanskojen pukemista, kasvojen pesemistä, tarttumista, jne.

Noin 65 %:lla kontraktuuraa esiintyy molemmissa käsissä, joskus myös jalkapohjissa. Kurouma etenee yleensä hitaasti ja on miehillä yleisempi kuin naisilla. Tauti alkaa tavallisimmin 40–60-vuotiaana ja on yleinen Pohjois-Euroopassa. Perinnöllisillä tekijöillä on merkitystä. Tutkimuksissa on myös osoitettu, että diabetes, alkoholin käyttö ja tupakointi lisäävät kontraktuuran esiintyvyyttä. Pitkän ajan seurannoissa taudin uusiutumista esiintyy 25–80 %:ssa tapauksista.

Leikkaus on ajankohtainen, kun kuroumasta on toiminnallista haittaa. Leikkauksessa kämmenkalvo poistetaan osittain. Joskus sormen keskinivelen voimakas koukkuasento vaatii myös nivelen vapautuksen nivelsiteitä katkaisemalla. Ihopuutoksissa käytetään tarvittaessa ihosiirrettä. Leikkauksen jälkeen sormessa voi esiintyä tunnottomuutta, joka johtuu useimmiten tuntohermon venyttymisestä sormen oietessa. Tällöin tunto palautuu sormeen vähitellen kuukausien kuluessa ilman erillisiä toimenpiteitä.



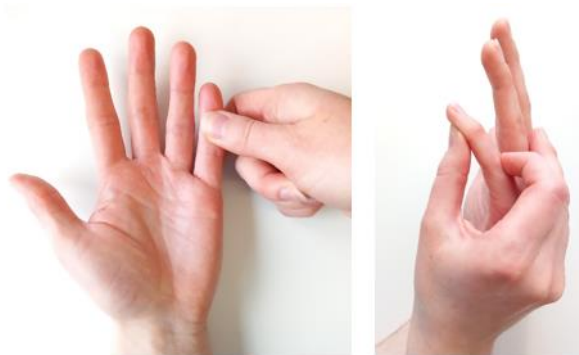
Käden kuntoutus leikkauksen jälkeen

Leikkauksen jälkeen käsi voi olla turvoksissa ja kipeä. Saat erillisen ohjeen **turvotuksen hoidosta**. Kohoasennon ja liikeharjoitusten lisäksi turvotusta kannattaa hoitaa myös kylmäpakkauksella. Kylmäpakkausta voit käyttää useita kertoja päivässä n. 20 minuutin jaksoissa. Voit käyttää kättä **kevyissä (alle 1 kg)** päivittäisissä toiminnoissa leikkauksen jälkeisestä päivästä alkaen. Käden normaalin käytön ja kuormituksen voit aloittaa ompeleiden poiston jälkeen leikkaushaavojen umpeuduttua.

Leikatun sormen venytysharjoitus

Aloita harjoitus **heti leikkauksen jälkeisenä päivänä**. Tee harjoitus rauhallisesti 5 kertaa päivässä. Venytä leikattua sormea **kevyesti** ojennukseen toisella kädellä. Pidä venytys 5-10 sekuntia, toista 5 kertaa.

Sormen venytysharjoituksen tarkoituksena on ylläpitää leikkauksessa saavutettua sormen asentoa ja ennaltaehkäistä sormen virheasennon uusiutumista.



Ompeleet poistetaan omassa terveyskeskuksessa/työterveyshuollossa kahden viikon kuluttua leikkauksesta. Ompeleiden poiston jälkeen sinulla on aika toimintaterapeutin vastaanotolle.

Toimintaterapeutilta saat ohjeet arpihoitojen toteuttamisesta. **Arpihoitojen** tarkoituksena on pehmittää arpea sekä ehkäistä arpikiristystä ja arven liikakasvua, jotka osaltaan voivat aiheuttaa sormien vetäytymistä koukkuun ja vaikeuttaa käden käyttöä.

Toimintaterapeutti valmistaa käteen tarvittaessa matalalämpömuovista **yksilöllisen lastan**, joka tukee leikatun sormen/sormet suoraksi yön ajaksi. Lastan avulla pyritään ylläpitämään leikkauksessa saavutettu sormen asento. Käytä lastaa öisin 3-6 kk:n ajan.



Tarvittaessa ota yhteys toimintaterapeuttiisi.