

Efter en handoperation

Denna föreskrift är ämnad för utskrivning. Föreskriften innehåller sektioner som skall fyllas i.

Syftet med denna föreskrift är att vägleda hur du använder och rehabiliterar handen efter operationen. Vården efter operationen är ämnad att hindra eventuella komplikationer samt försnabba återhämtningen av handen.

Sårvård

- Operationsområdet är försedd med ett tjockt sårförband, vars uppgift är att hindra svullnad och minska blödning. Skydda förbandet med plast när du går i duschen.
- **Byt sårförbandet:** _____ hemma eller boka vid behov tid till egen hälsovårdscentral vid närmaste vardag, om inte sårförbandbytet går att utföras hemma.
- Om du byter sårförbandet själv, avlägsna alla förband. Därefter kan du lätt duscha och torka såret och skydda det med nytt sårförband.
- Byt ut nedsmutsad eller vått sårförband. Tvätta händerna före och efter vidrörande av såret.
- **Stygnen tas bort:** _____ på hälsovårdscentralen/ arbetshälsovården/ hemsjukvården, boka tiden själv.
- Du kan bada och gå i bastun när det har gått 1 dygn från att stygnen tagits bort.

Behandlingen av smärta och svullnad

Det är viktigt under första veckan efter operationen att hålla handen i höglägen på hjärtats nivå. Högläge hindrar att vätskan samlas i den opererade handen och ytterligare minskar smärta från operationen. Mitellan/den trekantiga förbandsduken kan du använda första dygnet efter operationen, därefter håll handen i högläge med egen muskelkraft. Till natten kan du lägga två kuddar under den opererade handen för att hålla den i högläge.

Operation orsakar en inflammatorisk reaktion, vars symptom är smärta och svullnad. Smärtan håller i sig vanligtvis 3-4 dagar, varefter smärtan avtar. Den opererande läkaren planlägger smärtmedicinering åt dig. Kylbehandling lindrar även smärtupplevelsen. Följ angivna instruktioner som du fått.

Rehabilitering av handen

Den opererande läkaren samt ergoterapeuten ger dig noggrannare instruktioner i handens/fingrarnas rörelser. Lederna som är fria i sårförbandet (axel, armbåge, handled, fingrar) bör du röra på genast efter bedövningen har försvunnit.

Ta kontakt

- Misstanke av inflammation i operationsområdet (rodnad, hettande, svullnad, smärta, ökande sårsekretion)
- Smärtan ökar trots att du tagit smärtmedicin och hållit handen i högläge
- Handens sårförband känns stramt eller blivit nedsmutsad/vått
- Du får feber över 38°