

## Protesoperation på tummens basled (CMC-led)

Du har tid till protesoperation på tummens basled. Denna anvisning innehåller information om hur du ska förbereda dig för operationen, hur den sker och hur behandlingen och rehabiliteringen går till efter operationen. Du kan själv delta aktivt i din rehabilitering med hjälp av handledning. Ta denna allmänna instruktion med dig då du kommer till sjukhuset för operationen. Vid behov får du mer detaljerade anvisningar efter operationen.

Symtomen på progressiv inflammation eller förslitning i tummens basled är smärta, svagt pincettgrepp och felställning. Smärtan gör sig särskilt påmind vid pincettgrepp. Då tummens basled ömmar och går ur led, leder detta ofta till att också de andre lederna i tummen blir felställda. Symtomprogressionen står inte alltid i proportion till de förändringar som syns i röntgenbilder på leden.

Syftet med protesoperation på tummens basled är att förbättra handfunktionen, göra greppet fastare och lindra smärtan. Fingerfärdigheten och pincettgreppet förbättras och då blir det också lättare att utföra de dagliga sysslorna.



Tummens basled (CMC-led)



Röntgenbild



CMC-protes

## **Observera detta före operationen**

### **Infektioner**

Alla infektioner (till exempel urinvägsinfektion, bihåleinfektion och infekterade utslag) måste skötas före operationen. Tandvården är särskilt viktig. Tandvård som utförs protesoperation ersätts av Folkpensionsanstalten.

### **Muskelkraft**

Återhämtningen efter operationen befrämjas också av god allmänkondition och god kondition av musklerna i övre extremiteterna.

### **Tobaksrökning**

Tobaksrökning gör att blodkärlen drar sig samman och att läkningen sker långsammare. Vi rekommenderar att du slutar eller åtminstone minskar rökning i god tid före operationen. Detta ska ske senast en månad före operationen om det ska ge nytta. Vid behov kan du kontakta avvänjningsskötaren eller använda nikotinplåster eller -tuggummi.

### **Observera också detta**

Om du upplever svårigheter med att klara av vardagen hemma efter operationen, kan du kontakta din hemkommun och begära hjälp hem. Socialarbetaren på sjukhuset hjälper också vid behov till med att ordna hjälp.

Du ska avlägsna nagellack och konstnaglar från den handen som ska opereras.

## **Före operationen**

Ungefär en vecka före operationen tar en sjukskötare kontakt med dig per telefon och intervjuar dig om den förestående operationen. Du får veta tiden för detta samtal per brev som skickas hem till dig samtidigt som inbjudan till operationen.

Före operationen kommer du att få träffa ergoterapeuten på bäddavdelningen. Ergoterapeuten ger information om rehabiliteringen efter operationen. Ergoterapeuten bedömer din handfunktion, lederna, fingerfärdigheten, kraften i händerna, smärtan och hur vardagen går. Utgående från denna bedömning uppställs individuella mål för handrehabiliteringen med syfte att underlätta vardagslivet.

## **Operationen**

En kontrollista används i operationssalen för att förbättra operationssäkerheten. På listan finns också frågor som gäller patienten. Tummens basled opereras under ledningsanestesi, där nerverna som löper till hela övre extremiteten bedövas på halsen eller armhålan (plexusblockad). Med denna teknik blir endast den extremitet som ska opereras bedövad. Oftast tar operationen 1–1,5 timmar. Ledprotesens delar utgörs av ledkomponenter som fixeras

vid tummens mellanhandsben och handlovsben. Meningen är att operationen är dagkirurgisk och att du åker hem samma dag.

## Efter operationen

Smärta efter operationen behandlas individuellt, det finns olika metoder. Du får värkmedicin som du också tar hemma vid behov. Oberoende av om det gäller en större eller mindre operation, behandlas smärtan alltid med inflammationshämmande läkemedel och/eller paracetamol. Under några dagar efter operationen kan också smärtstillande mediciner som verkar genom centrala nervsystemet användas. Värk och svullnad efter operation lindras också med kylbehandling. Det är viktigt att du talar om för personalen om du upplever smärta.

Det är viktigt med tanke på minimering av smärta och svullnad att övre extremiteten är i högläge då du ligger på rygg, sitter och är i rörelse. Ergoterapeuten ger särskilda skriftliga råd för lämpliga övningar för att aktivera blodcirkulationen i övre extremiteten och fingrarna. Med armslingan underlättar du bibehållande av armens högläge. Du får armslingan med dig hem. Du kan använda den vid behov till exempel då du rör dig ute.

Gipsen och stygnen tas bort senast 2 veckor efter operationen. Då träffar du också ergoterapeuten. Hon skall tillverka en skena, som du använder 6 veckor efter operationen dygnet runt.



## Efter tiden på sjukhuset

Om operationsområdet blir rött eller svullet hemma, om du märker att området utsöndrar sekret eller om du får feber, ska du ta kontakt med den enhet där du vårdas. Ta också kontakt ifall du upplever smärta i operationsområdet som plötsligt blir kraftigare.

Du får instruktioner för hur du kan duscha dig med skenan på handen, skyddad med plastpåse mot vatten.

## Efterkontroll

Poliklinisk efterkontroll sker vanligtvis 2, (4) och 6 veckor efter operationen. Under kontrollbesöken träffar du en ergoterapeut som bedömer hur handen rehabiliterats. Du får

ytterligare anvisningar som anpassas individuellt för dig. Under dessa besök övas tummens rörlighet, handens gripfunktion och användning. Också skenan kontrolleras och justeras.

En sjukskötare avlägsnar stygnen (sutureerna) 2 veckor efter operationen. Du ska fortsätta skydda den opererade handen och skenan med en plastpåse då du duschar. Bastu rekommenderas inte under den tid skenan behövs. Efter avlägsnande av stygnen är ärret ofta torrt, spänt, hårt, rött och kliande. Dagen efter stygnborttagning får ärret behandlas med salva och lätt massage. Gnid med en masserande rörelse in i bassalva eller hudolja i det friska ärret 1–2 gånger dagligen i 5–10 minuter. Detta gör att ärret inte börjar spänna eller fästa sig vid vävnaden under huden. Så länge ärret är rött, ska du skydda det mot UV-strålning (solljus). Sår läkningen kan kompliceras av inflammationer eller alltför kraftig ärrbildning. Alltför kraftig ärrbildning kan behandlas med silikonhaltiga preparat för detta ändamål. Apoteken saluför olika salvor, geler och plattor. Ärret mognar, ljusnar och jämnar ut sig ungefär inom 1 år.

4 veckor efter operationen påbörjas övningarna för att öka rörligheten av tummen. Du får också instruktioner för att uppöva olika handgrepp.

6 veckor efter operationen tas röntgenbild på handen. Då träffar du också en läkare och ergoterapeut. Under besöket bedöms handens funktionsförmåga och helhetsframstegen. Vid behov bedöms behovet av hjälpmedel och du får anvisningar för hur du kan använda handen och samtidigt skona lederna.

Skenan brukar användas i 6 veckor. Bilkörning kan rekommenderas först då övre extremitetens funktion är återställd.

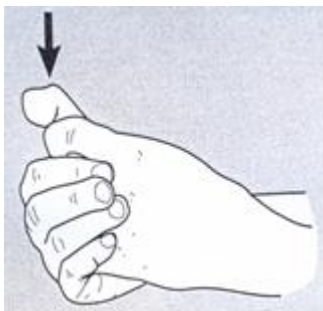
Därefter infaller kontrollbesöken vid behov 3 och 12 månader efter operationen. Förutom bedömning av läkare och röntgenfotografering, bedömer en ergoterapeut handens funktion. Ta vid behov kontakt med den enhet som sköter dig.

Hemsysslor och hobbyverksamhet är utmärkta och meningsfulla sätt att rehabilitera handens funktion och kraft. Observera dock att tummens basled inte ska belastas med större kraft än cirka 5 kilogram.

## Träningsrörelser för tummens basled

Operationen ger dig den bästa nyttan då du tränar tummen regelbundet. Syftet med träningen är att förbättra rörligheten i tumbasen, vilket maximerar handens gripfunktion och underlättar de dagliga funktionerna.

Utför varje rörelse 10–15 gånger per gång, 4–5 gånger dagligen. Sitt bekvämt. Utför varje rörelse omsorgsfullt och lugnt, bibehåll ytterläget i 5 sekunder. Låt handen koppla av mellan rörelserna.



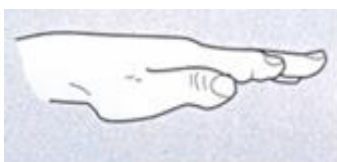
Stöd tummens övriga leder. Böj och sträck yttersta leden.



Stöd tummens basled underifrån. Böj och sträck mellanleden.



Stöd handsidan mot bordet. Sträck tummen raktlång uppåt och för den invid pekfingret.

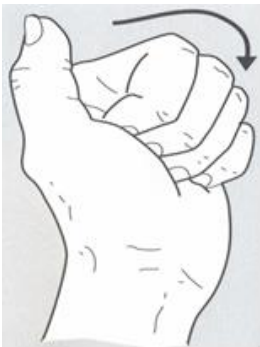




Stöd handflatan mot bordskanten. Sträck tummen neråt och för den invid pekfingeret.



Övning av pincettgreppet. Vidrör pekfingerspetsen med tummen och sträck de övriga fingrarna raka. Upprepa med alla fingrar.



Knytnävsövning. Knyt näven och sträck sedan fingrarna raka.

## Förebyggande och behandling av infektioner

En ledprotes är ett främmande föremål i kroppen och därför känsligare för infektioner än övrig vävnad. Även senare kan det i ledprotesen uppstå infektion från annat håll i kroppen. Därför är det viktigt att infektioner förebyggs och behandlas ordentligt efter att en ledprotes inopererats. Alla infektioner, det må gälla tandrotsinfektion eller infektioner i luft- eller urinvägarna, måste skötas omsorgsfullt. Vanliga virusbetingade luftvägsinfektioner, till exempel flusor, utgör dock ingen risk med tanke på ledproteser.

Risken för protesinfektion kan vara förhöjd särskilt för patienter med kroniska ledinflammationer (till exempel ledgångsreumatism och ledgångspsoriasis) som måste använda kortison eller cytostatika under längre tider.

Alltid då du besöker läkare eller tandläkare ska du berätta att du har en ledprotes. I samband med tandextraktion och andra blodiga ingrepp i munnen kan infektionsframkallande bakterier nå blodomloppet. Detta kallas bakteremi och den räcker cirka 20 minuter. Ingrepp som söndrar slemhinnan i munnen kan leda till att bakterier från munnen finner sin väg till ledprotesen och

fäster sig på den. Ibland kan detta leda till att proteserna måste avlägsnas. Antibiotikaskydd före sådana ingrepp är nödvändigt. Antibiotikaproylax rekommenderas också före ingrepp på näsa, svalg, luftvägar, mag-tarmkanalen, urinvägarna och könsorganen.

Inför vanliga tandingrepp (till exempel plombering) behövs inte antibiotikaskydd.

Under 6 månader efter ledprotesoperationen är det bäst att undvika alla ingrepp som kan leda till att bakterier når blodomloppet.

**Oral antibiotikaproylax för vuxna:**

Amoxicillin 2 gram som engångsdos 1 timme före ingreppet, för penicillinallergiker  
klindamycin 600 milligram som engångsdos.