

Steloperation av handleden

Du har tid för steloperation av handleden. 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.

Långvariga reumatiska inflammationer i handledsområdet hos patienter med ledgångsreumatism leder ofta till förändringar i handleden.

Om du besväras av värk, rörelseömhet, nedsatt muskelkraft och felställning av handleden på grund av långvarig reumatisk inflammation, kan protesoperation av handleden komma ifråga. När handleden stelopereras, kan du inte längre göra böj- eller streckrörelser med handleden, och inte heller rörelser i sidled, men rotationsrörelsen bibehålls. Beroende på vilka skelettskador som uppstått kan protesoperation eller partiell steloperation av handleden komma alternativt ifråga.

Syftet med steloperationen är att ge dig en funktionellt bättre hand och en smärtfri och stadig handled. Grip- och presskraften förstärkas och då blir det också lättare att utföra de dagliga sysslorna. Du kan också själv påverka i vilken ställning du vill att steloperationen ska lämna handleden. Tala om dina särskilda behov med ortopederna som utför operationen. Du kan få en känsla för vilken ställning verkar bra efter steloperationen genom att använda handledsstöd innan du opereras.



Handleden



Artrodesplatta i handleden

Observera detta före operationen

Infektioner

Alla infektioner kan utgöra hinder för operationen. Bland dessa infektioner finns urinvägs-, bihåle- och hudutslagsinflammation samt hudsårnader. Därför måste du sköta dessa tillstånd innan operationen kan utföras. Tandvården är särskilt viktig.

Muskelkraft

Återhämtningen efter operationen befrämjas också av god allmänkondition och god kondition av musklerna i övre extremiteten. I slutet av denna instruktion hittar du anvisningar och bilder på hur musklerna bäst uppövas. Utför dessa övningar regelbundet redan innan operationen.

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.

Alkohol

Riklig alkoholkonsumtion måste avslutas i god tid före operationen. Avvänjningssymtomen försämrar återhämtning och rehabilitering efter operationen. Riklig alkoholkonsumtion kan också utgöra hinder för operationen.

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 extremitet 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 en ergoterapeut på bäddavdelningen. Ergoterapeuten ger information om rehabiliteringen efter operationen. Ergoterapeuten bedömer din handfunktion, lederna, fingerfärdigheten, kraften i händerna, smärtan och hur vardagen förlöper. Utgående från denna bedömning uppställs individuella mål för handrehabiliteringen med syfte att underlätta de dagliga funktionerna.

Operationen

En kontrollista används i operationssalen för att förbättra operationssäkerheten. På listan finns också frågor som gäller patienten. Steloperation (artrosers) av handleden utförs i allmänhet under nervblockad, där nerverna som löper till övre extremiteten bedövas genom injektion av bedövningsmedel i gropen ovanför nyckelbenet (supraklavikulära fossan). Narkos behövs inte, då övre extremiteten som ska opereras blir helt bedövd. Operationen tar i allmänhet cirka 2 timmar.

Under operationen avlägsnas förstörda ledytor jämte brosk. Detta gäller strålbenet och de små handlovsbenen. Ingreppet gör att benytorna kommer i kontakt med varandra. Ändan av underarmsbenet avlägsnas och används som bentransplantat då handlovsbenen sammanfogas och stelopereras med varandra. Ibland måste kirurgen ta ett litet bentransplantat från patientens tarmbenskam. Man kan som alternativ använda benvävnad från en benbank eller artificiella bensubstitut, vilket dock tillgrips sällan.

Handlovslederna fixeras på det sätt som överenskommits med patienten. De intar den givna ställningen med hjälp av en metallplatta och skruvar. Ledkapseln, mjukdelsvävnaderna och huden sutureras. Ibland kan operationssåret fästas med agraffer av metall.

Efter operationen

Smärta efter operation behandlas individuellt, det finns olika metoder. Du får åtminstone tabletter mot smärtan och behandlingen fortsätter efter hemskrivningen från sjukhuset. Oberoende 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 råd i skrift för lämpliga övningar för att aktivera blodcirkulationen i övre extremiteten och fingrarna. Armslingan är ägnad att underlätta bibehållande av högläge för armen. Du får armslingan med dig hem. Du kan använda den vid behov till exempel då du rör dig ute.

Om vakuumsug lagts i operationsområdet, avlägsnas den i allmänhet första dagen efter operationen. Gipsen anläggs under operationen och den kan oftast tas bort under andra dygnet efter operationen. Ergoterapeuten tillverkar en individuell ortos och ger råd för rehabiliteringen. Ortosen används dygnet runt i 6–8 veckor. Tiden beror på hur läkningen av handleden framskrider.



Sjukhusvistelsens längd beror på sår läkningen, handsvullnaden och ditt allmäntillstånd. Oftast blir vistelsetiden på sjukhuset en eller några dagar.

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 kan duscha dig enligt de instruktioner du fått med ortosen på handen, skyddad med plastpåse mot vatten.

Efterkontroll

Poliklinisk efterkontroll sker 2 och 6 veckor efter operationen. Under kontrollbesöken träffar du en ergoterapeut som bedömer hur handen rehabiliterats och som ger ytterligare anvisningar som anpassas individuellt för dig. Då kontrolleras och justeras också ortosen som du använt hemma. Ortosen används i cirka 6–8 veckor beroende på hur läkningen av handleden framskrider.

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

6 efter operationen tas röntgenbild av operationsområdet, du får träffa en ortoped och ergoterapeut. Röntgenbilderna berättar för ortopederna hur benläkningen framskrider och hjälper bedöma behovet av fortsatt behandling med ortos. Om behandling med ortos inte längre behövs, får du börja använda handen för lätta vardagssysslor. Ergoterapeuten instruerar närmare i hur du ska använda handen och vilka funktionella rörelser är bra för dig. Vid behov bedöms behovet av hjälpmedel och du får anvisningar i hur du kan använda handen och

samtidigt skona lederna. Du kan nu börja träna lätt, till exempel simning och stavgång. Hemsysslor och hobbyverksamhet är utmärkta och meningsfulla sätt att rehabilitera handens funktion och kraft. Bilkörning kan rekommenderas först då övre extremitetens funktion är återställd.

Efter detta sker kontrollbesöken om 3 och 6 månader räknat från operationen. Förutom bedömning av ortoped och röntgenfotografering, bedömer en ergoterapeut handens funktion. Ta vid behov kontakt med ergoterapeuten.

Övningar med ortosen

Operationen ger dig den bästa nyttan då du tränar regelbundet. Syftet med övningarna är att återställa god rörlighet i fingerlederna vilket ska ge dig möjlighet att få ordentligt grepp om saker för att klara av de dagliga sysslorna bättre.

Utför varje rörelse 4–5 gånger per dag, 10–15 gånger per gång. Kom ihåg att inta ett ordentligt sittläge och utför rörelserna ordentligt och lugnt i den mån svullnaden tillåter. Sträva alltid att hålla fingrarna längs mittlinjen. Låt handen koppla av mellan rörelserna.

Övning 1: Böj- och sträckrörelse av knoglederna



Observera att de andra fingerlederna ska hållas raka då du böjer knoglederna.

Använd lagom kraft, då du sträcker på knoglederna och bibehåll sträckningen en stund

Övning 2: Böj- och sträckövning av fingrarnas mellan- och ytterleder



Se till att knoglederna inte rör sig. Försök nå basen av fingrarna med respektive fingerspets

Övning 3: Sträckning av fingrarna och krökning till en näve



Bibehåll sträckningen av fingrarna en stund och krök fingrarna lätt så det bildas en näve.