

Nachbehandlung Handoperationen

PATIENTENINFORMATION



**Aktive Mitarbeit fördert den
Heilungsprozess**

KGW

KANTONSSPITAL WINTERTHUR

Übungen zur Heilungsunterstützung

Aktive Mitarbeit fördert die Genesung

Nach handchirurgischen Operationen, wie Sie gerade eine erlebt haben, kommt es in unterschiedlichem Ausmass zum Anschwellen der betroffenen Hand, des Handgelenks oder des Vorderarms. Dies kann Schmerzen verursachen.

Um die Schwellung möglichst gering zu halten, führen Sie die beschriebenen Übungen (Figur 1 bis 5) mit der Hand über dem Kopf tagsüber jede Stunde zehnmal durch und lagern Sie die Hand während der ersten ein bis zwei Tage sooft wie möglich über Herzhöhe. Auch eine Kühlung führt zum Rückgang der Schwellung. Legen Sie immer ein Tuch zwischen Eis und Haut.



Figur 1: Legen Sie die Hand auf einen Tisch, spreizen Sie die Finger, entspannen Sie sie wieder und wiederholen Sie den Vorgang.



Figur 4: Formen Sie eine Art Faust, so dass jedes Gelenk maximal gebeugt ist. Entspannen Sie die Hand wieder und repetieren Sie den Vorgang.



Figur 2: Formen Sie ein Dach durch Biegen der Grundgelenke der Finger. Entspannen Sie die Hand wieder und repetieren Sie den Vorgang.



Figur 5: Berühren Sie mit dem Daumen die Langfinger abwechselnd der Reihe nach.



Figur 3: Krallen Sie die Finger ein, ohne die Grundgelenke zu beugen. Entspannen Sie die Hand wieder und repetieren Sie den Vorgang.

Gut zu wissen

Symptome

Ein Taubheitsgefühl und Wundschmerzen sind nach einer Operation normal. Je nach Narkosetechnik sollte sich die Sensibilität nach ein bis zwei Tagen erholt haben.

Nach Abklingen der Anästhesie erhalten Sie gegen die Schmerzen eine angepasste Schmerztherapie.

Wenn der Operateur keine anderen Anweisungen gibt, ist ein erster Verbandswechsel drei bis vier Tage nach der Operation angezeigt. Verbände dienen sowohl zum Wundschutz wie auch zur Ruhigstellung der Hand.

Narben

Nach zehn Tagen sind frische Narben in der Regel wasserdicht. Vorher sollten Sie ein Aufweichen der Narbe im Wasser vermeiden.

Um eine schöne Narbenbildung zu fördern können Sie nach der dritten postoperativen Woche beginnen, die Narbe zu massieren.

Proxi-Strips sollten bei Intrakutannähten mindestens zwei bis drei Wochen, besser bis zu sechs Wochen belassen werden.

Ergotherapie

Die Ergotherapie ist ein wichtiger Bestandteil der Behandlung. Das Endergebnis ist abhängig vom genauen Durchführen der mit der Therapeutin besprochenen Therapie.

Bitte tragen Sie eine allfällige Schiene wie von Ihrem Operateur empfohlen. Jedes nicht durch die Schiene blockierte Gelenk soll belastungsfrei trainiert werden, um einer Einsteifung entgegenzuwirken.

Nachkontrollen

Bei Austritt erhalten Sie alle Unterlagen bezüglich Nachbehandlung und den Termin für eine allfällige Nachkontrolle oder Ergotherapie.

Auto fahren

Bitte beachten Sie, dass das Führen eines Fahrzeugs nach einer Handoperation auf eigenes Risiko geschieht und nicht zu empfehlen ist.

Rufen Sie uns an

Wenn Sie eine Blässe der Hand, starke Blutung oder Schmerzen trotz Schmerzmittel bemerken, melden Sie sich auf dem Handchirurgischen Sekretariat, Tel. 052 266 24 08, oder beim chirurgischen Oberarzt auf der Notfallstation, Tel. 052 266 40 41.

KANTONSSPITAL WINTERTHUR

Chirurgische Klinik

Brauerstrasse 15

Postfach 834

CH-8401 Winterthur

Tel. 052 266 21 21

Fax 052 266 20 43

www.ksw.ch



Dr. med. Abdul R. Jandali

Leitender Arzt

Hand- und Plastische Chirurgie

Chirurgische Klinik und Poliklinik

Telefon 052 266 24 08

Telefax 052 266 24 54

E-Mail abed.jandali@ksw.ch

www.ksw.ch