

## Patientinformation till dig som är nyopererad i din hand

En skada och/eller operation i handen medför alltid svullnad. Svullnaden ska behandlas, då den obehandlad leder till ökad smärta och stelhet.

### Tillämpa högläge

Håll handen i hjärthöjd eller högre, så länge det känns bra. Viktigast är de första dygnet efter operationen.

### Aktiva fingerrörelser

Allt som inte är fixerat ska röras, om du inte får annat besked. Rör även axlar och armbågar! Att hålla handen stilla kan medföra stelhet och smärta.

### Svullnad

Tendens till svullnad finns ofta kvar under lång tid - ibland månader. Aktiv träning och användning av handen är A och O för att uppnå bästa möjliga slutresultat.

### Sårsmärta

Sårsmärta är normalt efter operation. Ibland försöker vi kapa smärttoppen genom att lägga långverkande bedövning i samband med operationen. Effekten kan då vara i upp till 12 timmar.

Svår smärta, som inte visar några tecken att ge med sig, kan bero på för hårt sittande förband. Kontakta sjukvården per telefon!

Om smärtan återkommer efter att ha minskat, ska man se upp. Ibland beror det på bristande högläge som kan ge ökad svullnad och det kan även bero på överansträngning av handen. Om smärtan saknar sådan förklaring eller inte ger med sig, kan man misstänka infektion.

Svår dunkande smärta kräver förbandsbyte och undersökning av såret. Kontakta sjukvården!

### Hygien

Ett handförband försvårar livet påtagligt och inte minst gäller det hygien. Förbandet får bli smutsigt, men det får inte bli blött! Då måste det bytas. Skydda förbandet med en plastpåse när Du skall duscha. Tejpa tätt och håll handen utanför.

### Ärrbildning

Ärret är rött och tjockt i början. Först cirka 3-6 månader efter operationen vänder det. Ärret mjuknar och bleknar sedan successivt under lång tid, det kan ta något år.

### **Kontakt vid frågor:**

**Gällivare sjukhus** Ortopedmottagningen 0970-19480

Kväll och helg 1177

**Piteå sjukhus** Ortopedmottagningen 0911-75542

Kväll och helg Akutmottagningen 0911-75300

**Sunderby sjukhus** Ortopedmottagningen 0920-283991

Kväll och helg Akutmottagningen 1177