

Richtlijnen na een handoperatie

U heeft een ingreep ondergaan aan uw hand. Hieronder staat beschreven wat u kunt verwachten en wat u kunt doen om de genezing te bespoedigen.

Zwelling

Als reactie op de ingreep gaat uw hand vocht vasthouden, waardoor er zwelling ontstaat. De mate waarin dit gebeurt is individueel erg verschillend. De zwelling wordt beïnvloed door het soort ingreep, maar ook door uw aanleg. Sommige mensen ontwikkelen meer zwelling dan gemiddeld.

Om zwelling tegen te gaan kunt u het beste uw hand in een mitella dragen gedurende 2 dagen. Indien u de mitella onprettig vindt, is het voldoende om uw hand op een kussen of een leuning te leggen. Het is belangrijk dat uw hand iets hoger ligt dan het hart. 's Nacht hoeft de hand niet op een kussen. Een band/sling is niet geschikt, omdat de band de pols afknelt en daardoor zwelling ontstaat.

Pijnstilling

De plaatselijke verdoving die u heeft gehad is gemiddeld na twee uur uitgewerkt. Soms (met name na een carpaal tunnel syndroom operatie) is de verdoving pas aan het eind van de dag uitgewerkt.

Wij adviseren u om zodra u thuis bent direct 2 tabletten Paracetamol 500mg in te nemen. Dus voordat de verdoving is uitgewerkt. Dit mag u om de 6 tot 8 uur herhalen (per 24 uur 3 tot 4 gram Paracetamol).

Nat worden

De wond is na 48 uur waterdicht. Tot die tijd moet u de hand droog laten. Als het verband eraf is mag u uw hand voorzichtig wassen en mag u ook weer onder de douche. U mag niet weken (in bad) of naar de sauna.

Verband

De wond heeft lucht nodig. Na 48 uur verwijdert u zelf het verband, mits anders besproken met uw arts. Na het verwijderen van het verband hoeft er niets meer op de wond. Ter vervanging van het verband krijgt u een elastische steunkous mee. Deze mag u overdag dragen als u dat fijn vindt. Gedurende de nacht mag u de kous niet dragen. Zolang u een verband draagt mag u niet autorijden.

Hechtingen

De meeste patiënten hebben (oplosbare) hechtingen in de wond. De niet oplosbare hechtingen worden na ongeveer 14 dagen verwijderd. Ook als u geen hechtingen heeft komt u bij ons terug voor wondcontrole. De afspraak krijgt u mee na de ingreep.

Oefeningen

Na enkele ingrepen is het nodig om u door te verwijzen naar de handtherapeut. Indien dit op u van toepassing is krijgt u een verwijzing mee. Over het algemeen kunt u uw hand na het verwijderen van het verband gewoon gebruiken, maar niet belasten. Indien u te veel doet, zult u merken dat de zwelling en pijnklachten toenemen.

Herstel

Herstel na een handoperatie kan lang duren. De duur van herstel heeft te maken met herstel van het inwendige litteken in uw hand en de zwelling als reactie op de operatie. Gemiddeld duurt het één jaar voordat uw litteken niet meer reactief is. De handfunctie is veel eerder weer volledig en meestal merkt u weinig van verdere uitrijping van het litteken. Dit is echter per ingreep verschillend. Werkzaamheden kunt u afhankelijk van de operatie, het soort werk en op geleide van de klachten in principe na 1 week geleidelijk hervatten.

Tot slot

De kans op een complicatie is bij dit soort ingrepen erg klein. Indien een complicatie (bijvoorbeeld een nabloeding) zich toch voordoet, kunt u overdag contact opnemen met onze polikliniek.

De polikliniek Plastische Chirurgie is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 08:00 tot 16.30 uur via telefoonnummer: **(079) 346 28 04**, en buiten kantooruren bij spoed met de SEH van ons ziekenhuis.

Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek Plastische Chirurgie.

Wij stellen uw mening vanzelfsprekend zeer op prijs. Heeft u opmerkingen of suggesties over deze informatie of over de behandeling, laat ons dit dan weten.