

Patiënteninformatie
EIP/EPL transfer

Dit is een publicatie van
Hand & Pols Revalidatie Nederland



WWW.HPRN.INFO



Voor de operatie

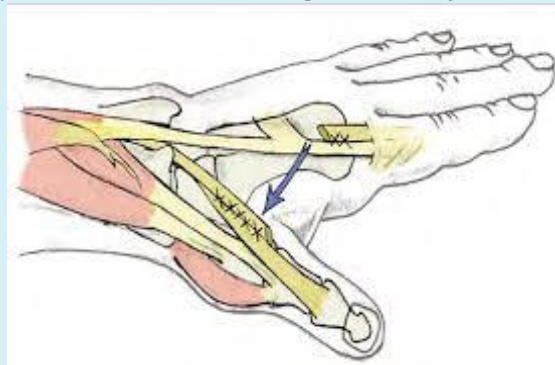
Voorafgaand aan de operatie krijgt u een afspraak bij een handtherapeut waarbij u wordt voorgelicht over de operatie en de nabehandeling. Ook is er gelegenheid voor u om vragen te stellen. Daarnaast worden er een aantal metingen gedaan. De metingen voor en na de operatie geven ons inzicht in de resultaten van deze operatie.

Dag van operatie

In principe wordt alleen uw arm verdoofd. In sommige situaties zal een algehele narcose nodig of wenselijk zijn.

Tijdens de operatie wordt een van de pezen van de wijsvinger doorgehaald en vast gemaakt aan het stukje pees van het topje van de duim. De pees van de wijsvinger neemt zo de functie van de top van de duim over.

De wijsvinger heeft 2 strekpezen, waardoor deze nog wel kan blijven strekken.



Na de operatie

Wij adviseren u om de eerste 2 weken de arm/hand regelmatig hoog te houden door binnenshuis de arm op bijvoorbeeld een kussen of bankleuning te leggen en eventueel bij langere afstanden buitenshuis een sling te dragen.

Wat te doen bij complicaties?

In principe dient de pijn na 5 dagen duidelijk minder te worden. Bij aanhoudende pijn, een bloeding of koorts adviseren wij u binnen kantoortijden contact op te nemen met de behandelend arts of het HPC en daarbuiten met de spoedeisende hulp van het ziekenhuis.

Bij een verminderd of prikkend gevoel of problemen die samenhangen met de hand therapeutische behandeling, zoals drukplekken van de spalk adviseren wij u contact op te nemen met het HPC (voor dringende problemen is het HPC ook buiten kantoortijden bereikbaar).

Handtherapie

Bij een vroeg actieve behandeling zal u binnen 3 tot 5 dagen na de operatie een **afspraak bij de handtherapeut** krijgen. Bij een immobiliserende nabehandeling zult u na een week een afspraak krijgen. De chirurg bepaalt of de nabehandeling actief of immobiliserend zal zijn.

Aandachtspunten in de behandeling zullen zijn:

- Beschermen van de omgelegde pees
- Onderhouden/herstellen van de beweeglijkheid van o.a. pezen, gewrichten en banden
- Wond- en littekenzorg
- Vocht (oedeem) bestrijden



- Opbouwen van spierkracht
- Het opbouwen van de inzet van de hand/pols tijdens uw dagelijkse activiteiten, werk en hobby's in de vorm van oefeningen, adviezen en zo nodig hulpmiddelenadvies

Spalk

De gipsspalk wordt door de handtherapeut vervangen door een spalk.



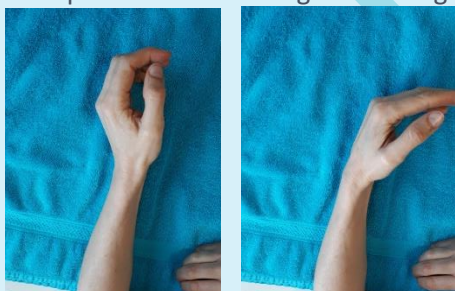
De spalk moet de eerste 3 tot 4 weken continu gedragen worden en mag bij een vroeg actieve behandeling alleen af bij het oefenen. Bij een immobiliserende behandeling blijft de spalk de eerste 3 tot 4 weken om.

Oefeningen

- Houd schouder en elleboog goed soepel door de gewrichten ontspannen in verschillende richtingen te bewegen.

Oefeningen vanaf de 3^e/ 5^e dag bij een actieve nabehandeling, vanaf 4 weken bij een immobiliserende nabehandeling.

- De pols achterover buigen en terug bewegen totdat de pols recht is.



- Bij het niet 'kunnen vinden' van de duim beweging, de wijsvinger aan spannen
- Gespiegeld oefenen (met beide handen de gewenste beweging maken)
- Evt. met ogen dicht om oude beweging van de getransponeerde spier maken.
- Oefenen niet geopereerde hand, als herinnering



- Oefen in een rustig tempo. Oefeningen mogen gevoelig zijn maar niet pijnlijk (pijn mag in ieder geval niet langer dan een uur aanhouden). Bij eventuele problemen of vragen adviseren wij u contact op te nemen met uw behandelend therapeut.

Belasting

Vanaf week 3 of 4 (afhankelijk van de afspraak met uw therapeut) mag de spalk bij licht belastende activiteiten af. Grepen waarbij u kracht op de hand/pols zet en zwaar tillen (denk aan een wasmand tillen) dienen vermeden te worden. Deze grepen mogen later in het traject weer gedaan worden als uw therapeut daar toestemming voor geeft.

Vanaf 6 weken zal er gestart worden met oefeningen ter verbetering van de :

- belastbaarheid van de pees
- spierkracht
- excursie
- coördinatie

In principe mag u uw hand/pols na 12 weken weer volledig belasten. Wanneer u zwaar belast werk heeft of u uw hand/pols tijdens uw hobby's intensief belast is het soms raadzaam om deze activiteiten pas in een latere fase te hervatten. Uw therapeut zal hier samen met u een plan voor opstellen.

HPRN