

Patiënteninformatie
TFCC (chirurgie)



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 post-operatieve 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. Indien blijkt dat het TFCC afgescheurd is kan dit operatief hersteld worden door deze weer te hechten aan de ellepijp. In geval van slijtage is het nodige om zowel de slijtage van het TFCC als slijtage van het omliggende gewricht te behandelen. In een aantal gevallen waarbij het niet meer mogelijk is om het TFCC te hechten kan ervoor gekozen worden om het TFCC te reconstrueren (herstellen). Uw chirurg bepaald in overleg met u welke operatie er zal worden uitgevoerd. Zodra de chirurg de wond gesloten heeft krijgt u een gipsspalk met daaromheen drukverband.

(folder HaaglandenMC, Operatie van een TFCC letsel)

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. Het is belangrijk regelmatig uw schouder en vingers/duim te bewegen.

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 handtherapeutische 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

Na de operatie krijgt u een **afspraak bij de handtherapeut**. Aandachtspunten in de behandeling zullen zijn:

- Beschermen van de geopereerde structuren
- Onderhouden/herstellen van de beweeglijkheid van o.a. pezen, gewrichten en banden
- Wond- en littekenzorg
- Vocht (oedeem) bestrijden
- Opbouwen van spierkracht en actieve pols stabiliteit
- Aanleren van een goede polspositie tijdens belastende activiteiten
- 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 gips periode is afhankelijk van de operatietechniek en de betreffende operateur. Aansluitend aan de gipsperiode zal u een spalk krijgen van u therapeut die aangemeten wordt in het Hand en Pols Centrum. Uw therapeut zal u vertellen hoe lang u deze spalk nog moet dragen, dat is afhankelijk van de gipsperiode en de operateur. Uw therapeut beslist in overleg met uw chirurg welk type spalk u zult krijgen. Uw therapeut geeft u instructies wanneer, hoe lang en hoe u deze moet dragen.

Oefeningen

- Uw therapeut geeft u oefeningen om de beweeglijkheid, kracht en stabiliteit van de pols te onderhouden en te verbeteren en vertelt hoe intensief of hoe vaak u deze oefeningen moet doen.
- U krijgt adviezen ten aanzien van het gebruik van uw hand in dagelijkse activiteiten.
- Houd de overige gewrichten van uw arm (schouder, vingers en duim) goed soepel door de gewrichten ontspannen in verschillende richtingen te bewegen.
- 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

U mag uw hand functioneel inschakelen bij lichte activiteiten, mits dit geen pijnklachten oplevert; denk bijvoorbeeld aan de was opvouwen. Grepen waarbij u kracht zet (in combinatie met een rotatiebeweging) en zwaar tillen (denk aan wringen en een wasmand tillen) dienen vermeden te worden. Uw therapeut zal u verder adviseren wanneer de belasting mag worden uitgebreid.

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.