

Hersteloperatie buigpees hand

Buigpeesletsel wordt behandeld door het Handenteam, waarin de plastisch chirurg en handtherapeuten nauw samenwerken. De buigpeeshersteloperatie wordt uitgevoerd door de plastisch chirurg, die de uiteinden van de pees opzoekt, en ze aan elkaar hecht.

Voor de operatie

Nuchter zijn

Uit veiligheidsoverwegingen moet u voor de operatie nuchter zijn. Dit geldt voor alle vormen van verdoving door de anesthesioloog.

Dat betekent dat u voor de operatie vanaf middernacht niets mag eten. Wel mag u tot 2 uur voor uw operatie 2 glazen heldere vloeistof drinken, zoals:

- water
- limonade
- thee of koffie met suiker maar zonder melk

Als u zich niet aan deze afspraken houdt, kan uw operatie niet op de afgesproken tijd doorgaan. Soms zal de anesthesioloog met u afspreken dat u langere tijd voorafgaande aan de operatie niet mag drinken. Dit kan het geval zijn naar aanleiding van uw gezondheidstoestand.

Verdoving

Als voorbereiding op de operatie gaat u bij de anesthesioloog langs op de polikliniek Preoperatieve zorg. Daar wordt besproken welke vorm van verdoving in uw geval het meest geschikt is. De operatie vindt meestal plaats onder regionale anesthesie. Met een injectie in de oksel wordt uw arm verdoofd.

De operatie

De plastisch chirurg zoekt de uiteinden van de pees op en hecht ze aan elkaar. U krijgt een drukverband en gipsspalk waarbij uw hand en vingers gebogen zijn om geen spanning op de hechtnaad te krijgen. U krijgt een sling en een recept voor pijnstillers. De hechtingen worden na circa twee weken verwijderd.

Na de operatie

Sling

Uw geopereerde hand is de eerste dagen dikker. Door de operatie en als gevolg van de zwaartekracht hoopt zich vocht op. Houd daarom uw hand steeds hoger dan uw hart. Draag de sling de hele dag. Als u zit of in bed ligt, gebruik dan een kussen onder de arm. Doe de mitella of sling zesmaal per dag af en houd uw arm een minuut gestrekt omhoog.

Nazorg

Ontzie uw arm en hand. Uw geopereerde vinger mag **niet** op eigen kracht buigen. U mag met de andere vingers ook geen kracht zetten. Zorg voor een goede basisconditie door elke dag voldoende te bewegen, niet te roken en met mate alcohol te drinken. Neem dagelijks 1000 mg vitamine C.

Controle

Enkele dagen na de operatie heeft u een afspraak bij de handtherapeut op de afdeling handrevalidatie. De (gips)spalk wordt verwijderd en de wond wordt gecontroleerd. De handtherapeut maakt een thermoplastische spalk waarin u gaat oefenen. Dit duurt ongeveer anderhalf uur. U krijgt uitleg hoe u uw hand moet oefenen, zodat de geopereerde pees niet gaat verkleven. Oefen ieder uur een paar minuten.

Oefeningen

- Streck de geopereerde vinger tot deze de kap van de spalk raakt. Houd deze stand tien tellen vast. Ontspan uw vinger zodat het elastiekje uw vinger langzaam weer laat buigen. U mag dus niet zelf uw vinger buigen. Doe dit elk uur tienmaal.
- Als u de vinger niet helemaal tegen de kap van de spalk aan kunt krijgen, dan mag u het elastiekje met uw andere hand een beetje laten meegeven.
- Duw met uw andere hand alle vingers, rustig, zo ver mogelijk naar de buigstand, 'oprollen'. Doe dit elk uur tienmaal.
- Duw de niet-geopereerde vingers tot aan de kap. Doe dit elk uur, samen met de handoefeningen. Doe dit elk uur tienmaal.
- Beweeg uw schouder en elleboog in alle richtingen. Doe dit elk uur, samen met de handoefeningen.
- Breng uw kin naar de borst. Draai uw hoofd maximaal naar links en rechts. Doe dit elk uur, samen met de handoefeningen.

Week 2

U gaat verder met handtherapie. Het litteken wordt soepel gemaakt. De vingergewrichten worden doorbewogen. U krijgt nieuwe oefeninstructies.

Week 3

In de derde week raken veel patiënten wat ontmoedigd. Het litteken wordt stug, waardoor het oefenen moeilijker wordt. Blijf rustig uw oefeningen doen, nog steeds zonder de buigpees te gebruiken.

Week 4

In de vierde week wordt de spalk vervangen door een polsbandje. U start met de eerste aanspanoefeningen om de pees goed te laten verglijden. Er mag nog geen rek op de pees komen.

Week 5 en 6

Het oefenen wordt geleidelijk intensiever. Uiteindelijk oefent u ook met een gestrekte pols.

Week 8 tot 3 maanden

Uw arm en hand mogen steeds meer worden belast. De pees mag geleidelijk meer op rek komen. Na drie maanden kunt u uw gebruikelijke activiteiten weer doen. Voor zwaar werk en (top)sport kunt u extra adviezen vragen aan het handenteam.

De informatie over de sterilisatie is bedoeld als aanvulling op het gesprek met de arts. De algemene aard van de informatie kan niet altijd recht doen aan iedere individuele situatie. Heeft u na het lezen van de informatie nog vragen, stel die dan gerust aan de arts of verpleegkundige. Of bel met de polikliniek Plastische Chirurgie.

Vragen?

U kunt ons gewoon bellen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan contact op of kijk op www.olvg.nl Heeft u vragen over de vergoeding of betaling? Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of kijk op www.olvg.nl/zorgnota

Contact

verpleegafdeling Dagbehandeling, locatie West

T 020 510 82 33

Route 31

polikliniek Plastische Chirurgie, locatie West

T 020 510 86 70 (ma t/m vrij 8.15 – 16.15 uur)

Route 05

Kunt u niet komen of wilt u een nieuwe afspraak maken?

Bel dan zo snel mogelijk met de afdeling voor een nieuwe afspraak.

Oost
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam

West
Jan Tooropstraat 164
1061 AE Amsterdam

Spuistraat
Spuistraat 239 A
1012 VP Amsterdam

Onze Algemene Voorwaarden zijn van toepassing: www.olvg.nl/algemene-behandelvoorwaarden

Klacht of opmerking: www.olvg.nl/klacht

Redactie en uitgave: Marketing en Communicatie, 12 februari 2020, foldernr.2131