

Vandaag bent u geopereerd aan een Carpaal Tunnel Syndroom. Dit is een beknelling van de middelste zenuw (nervus medianus) van de pols. Onderstaande informatie is belangrijk voor ná uw ingreep.

Pijnbestrijding

De eerste dagen na de operatie kan het operatiegebied pijnlijk zijn. U kunt bij pijn paracetamol gebruiken. Tenzij uw arts u anders adviseert, kunt u tot 4 keer per dag 1000 mg paracetamol innemen.

Wondverzorging

Na de operatie heeft u een drukverband om uw hand. Dit mag u zelf na ongeveer 24 uur verwijderen. Als het verband vastzit aan de wond kunt u hier beter niet aan trekken, maar het verband losweken met water. Dit om te voorkomen dat de wond weer open gaat. Als na het verwijderen van het verband de wond nog iets nalekt, is een pleister meestal voldoende. Als de wond droog is, hoeft u er geen pleister meer op te plakken.

Het is belangrijk om de hand goed hoog te houden, in ieder geval hoger dan de elleboog. Om die reden krijgt u een mitella aangemeten voordat u naar huis gaat. De mitella is alleen de eerste dag na de operatie nodig. In rust legt u de hand iets hoger dan de elleboog. Dit kunt u doen door een kussen onder uw hand te leggen, ook 's nachts.

Activiteiten

U mag douchen, maar zorg ervoor dat het drukverband niet nat wordt. Zodra het verband verwijderd is en de wond droog is, kunt u gewoon (kort) douchen. Wanneer de hechtingen verwijderd zijn mag u weer baden en zwemmen. Als u dit eerder doet, wordt de huid week en kan de wond weer open gaan. Tot het verwijderen van de hechtingen mag u de hand niet te zwaar belasten. Na het verwijderen van de hechtingen mag u voorzichtig de hand weer in toenemende mate gaan gebruiken.

Het is goed de vingers en schouder regelmatig te bewegen. In het begin gaat dit wat moeizaam maar na enkele dagen gaat dat meestal al veel beter. Het litteken aan de pols blijft vaak enige tijd gevoelig, vooral bij druk ter plaatse, zoals bij het steunen op de pols. Aangezien de zenuw vaak tijd nodig heeft om te herstellen van het langdurig onder druk gestaan te hebben, kan het enige tijd duren voordat de klachten afnemen. Dit geldt met name voor het verdoofde gevoel in de vingers. Houd er rekening mee dat het hele genezingsproces wel enige maanden kan duren.

Controle

Bij ontslag krijgt u een afspraak mee voor wondcontrole en verwijderen van de hechtingen na 10-14 dagen.

Wanneer moet u contact opnemen met het ziekenhuis?

- Als uw vingers de dag van de operatie of de dag erna blauw en/of koud worden.
- Bij hevige pijnklachten die niet afnemen als u pijnstillers gebruikt.
- Bij verontrustend bloedverlies.
- Bij koorts, een temperatuur hoger dan 38,5 °C.
- Als de wond gezwollen en/of rood is en warm aanvoelt. De wond kan open gaan en er kan wondvocht uitkomen. Er kan sprake zijn van een infectie.

Overig contact

Van 08.00 tot 17.00 uur CTS consulente: 075 650 7735 of 075 650 2033

Na 17.00 uur en in het weekend: afdeling Spoedeisende Hulp: 075 650 2600