

Patienteninformation Handchirurgie

Eine Verletzung der Hand, sei es durch Unfall oder durch eine Operation, führt immer zu mehr oder weniger schmerzhaften Funktionseinschränkungen. Sie können vorübergehend oder zeitlebens bestehen. Häufig merken wir erst jetzt, welche enorme Bedeutung unsere Hände im täglichen Leben besitzen. Gewohnte Handgriffe, die wir täglich ohne zu überlegen ausführten, werden plötzlich zu einem Problem. Schmerzen und Bewegungseinschränkungen verschlechtern unsere Lebensqualität. Deswegen muß das Ziel der Behandlung durch den Handchirurgen darin bestehen

- 1. Vermeidung von Schmerzen**
- 2. Erreichung einer optimalen Funktion**
- 3. Schnelle Arbeitsfähigkeit**
- 4. Vermeidung von Komplikationen**

Um diese Forderungen auch zu erreichen, ist ein vertrauensvolles Arzt - Patientenverhältnis unabdingbar. Neben der ärztlichen Behandlung ist das Mitwirken des Patienten genau so wichtig. Es erfordert eine aktive Beteiligung in Form von bestimmten Verhaltensregeln und Übungen. Nur eine enge Zusammenarbeit zwischen Ihnen, Ihrem Arzt und wenn nötig Ihrem Handtherapeuten, garantiert das bestmögliche Ergebnis für die Wiedererlangung der Handfunktion.

Umgang mit der verletzten Hand - Arm

Benutzen Sie vorübergehend den intakten Arm, damit weder zusätzlicher Schmerz noch Schwellungen entstehen.

Gebote

- hochlagern /Hand höher als Ellenbogen, auch nachts)
- kurzzeitiges Halten in Augenhöhe (Bsp. Sortierarbeiten)
- Pumpbewegungen (anspannen ohne bewegen)
- Verbände ohne nachhaltigen Druck
- Armentlastungsschlinge nur außerhalb der Wohnung tragen
- bei Schmerzen und Schwellungen Arzt konsultieren
- leichter Gebrauch ohne Kraft und Verkrampfung
- nicht ruhiggestellte Gelenke (gebrauchen und bewegen)
- aktive und passive Bewegungen nur nach Rücksprache und Anordnung des Chirurgen

Verbote

- massive Kälte
- massive Wärme
- massive Strahlung (Sonne)
- Arm herunterhängen lassen
- langes Halten (Bsp. Schreiben, Häkeln, Stricken)
- straffer Verband
- Streß jeder Art
- Erschütterungen
- schweres Heben
- Tätigkeiten mit Staub- und Schmutzwicklung ausführen

- Wundheilung geht vor Bewegung!
- Eigenkontrolle der Schwellung, bei Zunahme Arzt vorstellen!