# Trapeziektomi

**Slidgigt i tommelrodleddet**

## Det skal du vide før behandling

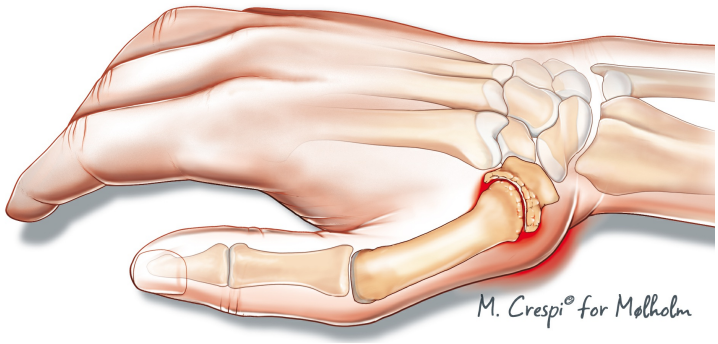
*Har du slidgigt i tommelfingerens rodled, kan du opleve smerter ved belastning og i svære tilfælde også, når hånden er i ro. Du kan have svært ved at bruge din hånd til det, du plejer.*

## Slidgigt i tommelrodleddet – hvad er det?

Slidgigt i tommelfingerens rodled er en af de hyppigste former for slidgigt i hånden og rammer oftere kvinder end mænd. Du vil typisk opleve følgende symptomer:

- Smerter i leddet, der bliver værre ved belastning af hånden og tommelfingeren
- Murrende smerter, når hånden er i ro
- Fortykkelse af leddet
- Fejlstilling af tommelfingeren

Slidgigt i tommelrodleddet kan opstå på begge hænder.




## Hvad er årsagen?

Slidgigt er en tilstand, der opstår, når brusken i leddet langsomt bliver nedbrudt gennem livet. Den manglende brusk resulterer i en smertende irritationstilstand i leddet (inflammation).
Der er sjældent en præcis forklaring på, hvorfor nogle udvikler slidgigt, mens andre ikke gør. Tidligere skader på leddet, køn, alder og genetik er alle faktorer, der spiller ind. Har du leddegigt eller anden gigtsygdom, kan det også være årsagen.

## Sådan stiller vi diagnosen

En af vores håndkirurger vil undersøge din hånd og vurdere, om der er tale om slidgigt i tommelrodleddet. Ved undersøgelsen vil kirurgen kigge efter typiske tegn på slidgigt. Ved en røntgenundersøgelse kan vi se graden af slid i rodleddet og afklare, om der også er slid i naboleddet.
Hvis der er tvivl om, hvorvidt smerterne stammer fra rodleddet, kan vi bruge en diagnostisk blokade til at komme diagnosen nærmere.

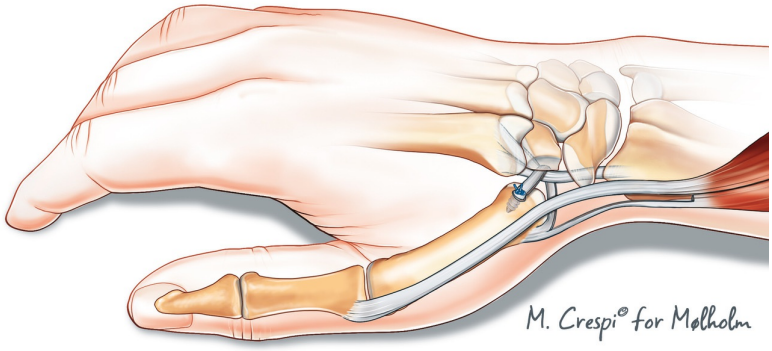
## Behandling – sådan gør vi

- Aflastning: Hvis du giver hånden hvile i en periode og bruger en støttende tommelskinne til aflastning, kan lette tilfælde falde til ro. Smertestillende medicin, der dæmper inflammation (paracetamol og/eller ibuprofen), kan også have en effekt.
- Blokade: Har aflastning og smertestillende medicin ikke haft den ønskede effekt, kan en blokade med binyrebarkhormon ofte lindre dine symptomer i en periode.
- Operation: Hvis du oplever vedvarende smerter både ved belastning og i hvile, og hvis blokade som behandling er udsigtsløst, anbefaler vi operation, hvor trapezbenet fjernes (trapeziektomi). Denne type operation er den bedste behandling, hvis du også har smertefuld slidgigt i naboleddet.

Hvilken behandling, der er den rette for dig, afhænger af tilstandens sværhedsgrad og håndkirurgens vurdering.

## Sådan foregår operationen

Ved en operation fjerner kirurgen den lille knogle med det slidte led. Som erstatning laver vi en seneplastik, hvor tommelfingeren bliver stabiliseret af en sene gennem den samme lille åbning. Operationen foregår i fuld bedøvelse, og der vil blive lagt en nerveblokade i din arm, så du ikke har smerter efter operationen.




## Praktisk information – fuld bedøvelse

Du skal møde fastende til operation. Du må ikke indtage fast føde eller mælkeprodukter seks timer før mødetid. Du må gerne drikke vand, saft og sort kaffe indtil to timer før operationen. Herefter må du ikke spise, drikke, ryge, spise bolsjer eller lignende.

## Efter operationen

Langt de fleste patienter oplever færre smerter allerede få uger efter operationen. Et år efter operationen oplever de fleste (80 %) en væsentlig reduktion af deres smerter eller er helt smertefri. Du skal dog forvente, at operationsstedet kan være ømt og hævet de første 3-6 måneder.

(Billede: Illustration af operation)

**Sådan gør du**

- Hold hånden højt over hjertet på operationsdagen for at mindske risikoen for blødning.
- Når nerveblokadens effekt er ophørt, skal du lave de anbefalede fingerøvelser med de øvrige fingre flere gange dagligt for at forebygge hævelse og smerter.
- Gipsen må ikke stramme eller give hævede fingre.
- Efter 2-3 uger kommer du til kontrol hos håndkirurgen.
- De følgende 6 uger skal du bruge en støttende tommelskinne (der kan tages af) til aflastning.
- Efter 6-8 uger må du køre bil igen.
- Efter 12 uger må du belaste din hånd til smertegrænsen, og der er ingen belastningsbegrænsning.

**Smertelindring**

- Efter operationen er du smertedækket op til 1 døgn af nerveblokaden.
- Vores sygeplejerske instruerer dig i at tage ibuprofen de første tre dage efter operationen og paracetamol den første uges tid.
- Du får også udleveret morfin til de første dage efter operationen.

**Sårpleje**

- Sørg for at holde gipsen ren og tør.
- Du får fjernet operationsbandage og sting hos vores håndkirurg efter 2-3 uger.

- Herefter skal du bruge en aftagelig tommelbandage.

## Praktisk i hverdagen

- Du må ikke selv køre bilen hjem efter operationen. Vi anbefaler, at du ikke kører bil igen før 6-8 uger efter operationen, så operationsstedet får ro.
- Få hjælp til madlavning og praktiske opgaver de første dage.
- Brug en kraftig frysepose over hånden ved brusebad og toiletbesøg for at holde gipsen ren og tør.
- Hvor længe du skal være sygemeldt afhænger af dit arbejde. Har du et job, der belaster din hånd, anbefaler vi, at du er sygemeldt i 12 uger.

Efter operationen skal du have fjernet gips og sting på Privathospitalet Mølholm. Vi vejleder dig i bevægeøvelser for tommelfingeren. Oplever du problemer inden, er du altid velkommen til at kontakte os.

## Genoptræning – kom godt i gang

Når du har fået gipsen af, skal du 3 gange/dag lave genoptræning hjemme for at sikre, at du får god bevægelighed i din tommelfinger. Lav hver øvelse 5-10 gange.

- Opvarm først din hånd i varmt vand/et varmt bad. Varmen reducerer ømhed og sikrer større fleksibilitet.
- Stil hånden på kant og bevæg tomlen til siden.
- Læg hånden vandret og bevæg tomlen til siden.
- Bøj de øvrige fingre til en knytnæve.
- Lad tomlen møde de øvrige fingerspidser.
- Når såret er helet, kan du lave arvævsmassage.

## Komplikationer – vær opmærksom på:

**Operation**

- Alvorlige komplikationer som infektion eller skade på kar eller nerver er meget sjældne (<1%).
- Tommelfingeren kan forblive lidt svagere efter operationen, og ofte vil grebsbredden også forblive let nedsat.
- Du vil typisk opleve let hævelse og ømhed ved operationsstedet i de første 6 måneder, så det er vigtigt, at du har tålmodighed i efterforløbet.

Efter operationen skal du have fjernet gips og sting på Privathospitalet Mølholm. Vi vejleder dig i bevægeøvelser for tommelfingeren. Oplever du problemer inden, er du altid velkommen til at kontakte os.

## Sygefravær

Hvor længe du skal være sygemeldt fra dit arbejde afhænger af, hvilken type job du har. Arbejder du på kontor, skal du forvente at være sygemeldt 1-2 måneder.
Har du et mere fysisk krævende job, skal du være sygemeldt i mindst tre måneder.

## Spørg din forsikring

Flere sundhedsforsikringer dækker behandling af slidgigt i tommelfingerens rodled. Vi anbefaler derfor, at du spørger dit forsikringsselskab om reglerne hos netop dem.

## Vælg et privathospital – det har du ret til

Som patient har du ret til at benytte dig af det udvidede frie sygehusvalg, hvis der er lang ventetid på

udredning, undersøgelse eller behandling på de offentlige sygehuse.
På Privathospitalet Mølholm kan vi hjælpe dig med at undersøge årsagen til smerter i tommelfingeren, og afklare om årsagen er slidgigt. Vi tilbyder også blokadebehandling ved slidgigtsmerter.
Spørg din patientvejleder om det er muligt at blive behandlet med fjernelse af trapezbenet på Privathospitalet Mølholm via det offentlige frie sygehusvalg.
Læs mere om dine rettigheder på www.sundhed.dk. Her finder du også kontaktinformation til patientvejledere i din region, der kan rådgive dig om dine rettigheder.
(Diagnosekoden for slidgigt i rodleddet er DM180 eller DM181. Operationskoden for trapeziektomi er KNDG02/KNDG12).

## Vil du vide mere?

Du er altid velkommen til at kontakte os, hvis du har spørgsmål til dine behandlingsmuligheder.

E-mail: team2@molholm.dk
Telefon: +45 8720 3044

Håndkirurgi på Privathospitalet Mølholm
www.molholm.dk/specialer/haand