



Allgemeine Ratschläge zum Verhalten bei einer **Rhizarthrose - Operation**

Sehr geehrte(r) Patient(in),

Sie werden sich in naher Zukunft oder haben sich bereits einer Rhizarthrose-Operation unterzogen. Sie stellen sich und uns die Frage, wie Sie sich vor der Operation und in den Wochen nach der Operation verhalten sollen, um das bestmögliche Ergebnis zu erzielen.

Wir haben Ihnen in unserem Merkblatt wichtige Ratschläge und Verhaltensmaßnahmen zusammengefasst. Bestehen darüberhinaus noch Fragen, zögern Sie bitte nicht uns zu kontaktieren.

Vor der Operation:

Zur Überprüfung, in welchem Ausmaß eine Daumensattelgelenksarthrose vorliegt, wird eine Röntgenuntersuchung des Daumensattelgelenkes in 2 Ebenen durchgeführt.

Vor der Operation sollten Sie keine offenen Wunden oder Kratzer an der betreffenden Hand haben, da hierdurch das Infektionsrisiko erhöht ist. Bei sehr derber und harter Haut sollte die Hand mehrere Tage vor OP mit einer gut fettenden Handcreme gepflegt und eventuell am Abend vor der OP ein desinfizierendes Handbad durchgeführt werden.

Labor & EKG

Eine Laboruntersuchung mit Blutbild und Gerinnung sollten Sie vor der Operation abnehmen lassen und zur Operation mitbringen.

Bei Gerinnungsstörungen und wenn Sie zu auffälligen blauen Flecken neigen, sollte eine Gerinnungsstörung vor der Operation in einer Gerinnungsambulanz abgeklärt werden.

Ein EKG ist ab dem 60. Lebensjahr sinnvoll.

Aspirin, Alkohol & Nikotin

Bitte nehmen Sie vor einem geplanten Eingriff mindestens 1 Woche zuvor und 1 Woche danach kein Aspirin oder andere blutverdünnende Medikamente ein. Ansonsten besteht ein erhöhtes Blutungsrisiko.

Wir empfehlen Alkohol- und Zigarettenkonsum ca. 1 Woche vor der Operation einzuschränken. Ansonsten besteht ein Blutungs- und Wundheilungsrisiko.

Nach der Operation:

Unmittelbar nach der Operation ist mit Wundschmerzen und evtl. mit leichten Verfärbungen und Schwellungen der Hand zu rechnen, beides bildet sich innerhalb von wenigen Tagen zurück.

Der Arm sollte in den ersten Tagen auf Herzhöhe gehalten und nachts auf einem Kissen erhöht gelagert werden, damit die Hand abschwellen kann. Sie sollten die Finger locker bewegen ohne die Hand zu belasten.

Die Gipsschiene wird für ca. 1 Woche belassen, bis die Hand und das Wundgebiet abgeschwollen sind. Anschließend wird eine Kunststoff-Daumenschiene für weitere 4 Wochen getragen.

Während der 5 wöchigen Ruhigstellungszeit sollten Sie die Finger und das Daumenendglied locker bewegen ohne die Hand zu belasten.

Nach diesen 5 Wochen wird die Schiene entfernt und die Hand zur Krankengymnastik freigegeben.

8 Wochen nach der Operation kann mit zunehmenden Belastungen der Hand (Ergotherapie) begonnen werden.

Durch die Operation kann es zu einem leichten Kraftverlust der Hand kommen. Daher profitieren alle Patienten, die bereits eine Kraftminderung vor der Operation beschreiben, besonders von der Operation.



Besonderheiten:

Beachten Sie dass diese Informationen allgemeine Ratschläge sind, die individuell variieren können.
Wir wünschen Ihnen alles Gute beim Heilungsverlauf.

Ihr Team



Terminplan nach der Operation:

1. Verbandswechsel, Entfernung der Drainage Hand hoch lagern Wiedereinnahme blutverdünnender Medikamente Kontrolle, Entfernung Hautfäden von Arzt Beginn Narbenpflege, Silikonpflaster etc.	1.-2. Tag nach OP 5 Tage nach OP ab 8. Tag nach OP 14. Tag nach OP nach dem Fadenzug
Arbeitsunfähigkeit : je nach Tätigkeit: bei Schreibtisch-und Büroarbeit: bei handwerklicher Tätigkeit:	2-3 Wochen bis zu 6 Monaten
Finger bewegen ohne Belastung: Beginn mit Krankengymnastik der Hand: Faustschluß und Fingerstreckung, sowie Beugung Daumenendglied Krankengymnastik der Hand ohne Schiene:	sofort nach Op 1 Woche nach OP 5 Wochen nach OP (Schieneentfernung)
Beginn mit Sport: Joggen o.ä.: Schwimmen, Fahrradfahren: Ball sportarten etc.	2 Wochen ca. 5-6 Wochen 8-12 Wochen, ggf. länger je nach Beschwerden
Beginn Belastung der Hand	8 Wochen nach Op