

Springfinger

Det skal du vide før behandling

Springfinger betegner en finger, der føles låst, og som "klikker" og gør ondt, når du bøjer og strækker den.

Springfinger – hvad er det?

Springfinger er en tilstand, der påvirker din fingers bevægelighed og typisk viser sig med følgende symptomer:

- Smerter i håndfladen ved fingerens grundled
- Træghed i fingerens bevægelighed, særligt ommorgen
- Klik eller "spring", når du bøjer eller strækker fingeren
- Aflåsning i bøjet eller strakt position

Tilstanden rammer oftest tommel- eller ringfingeren og kan blive værre, jo mere du belaster din hånd.

Hvad er årsagen?

Springfinger opstår, når irritation og hævelse omkring fingerens bøjesener giver pladsmangel i seneskeden. Det får de fortykkede sener til at sætte sig fast. Tilstanden kan opstå, hvis du gennem længere tid har overbelastet din hånd eller fingre, men den opstår også ofte spontant og uden egentlig årsag. Kvinder oplever oftere at få en springfinger end mænd. Du har større risiko for at udvikle en springfinger, hvis du i forvejen lider af karpaltunnelsyndrom, diabetes eller en gigtsygdom.

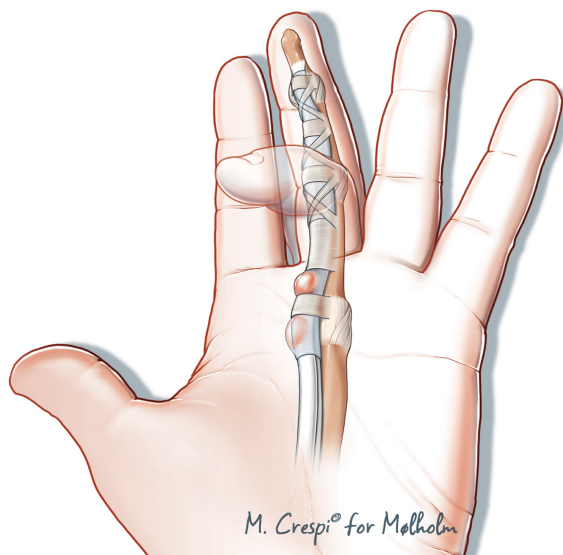


Illustration af springfinger

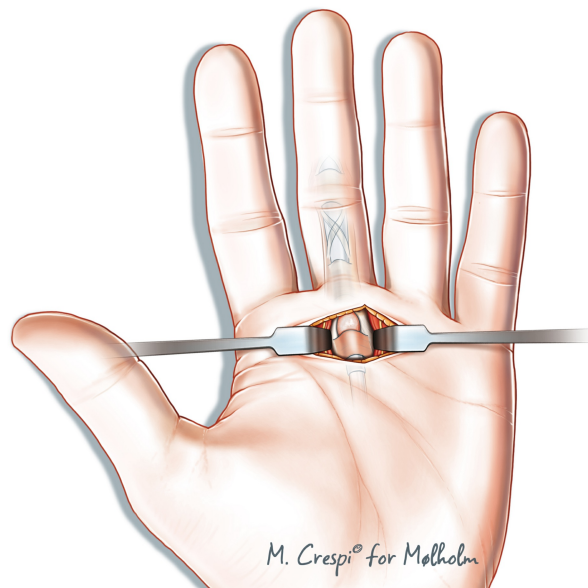


Illustration af operation for springfinger

Sådan stiller vi diagnosen

En af vores håndkirurger vil undersøge din hånd og vurdere, om der er tale om en springfinger. Ved undersøgelsen vil kirurgen kigge efter typiske tegn, som for eksempel klik, "spring" eller aflåsninger i fingeren, der næsten altid bekræfter diagnosen. Kirurgen vil også undersøge for ømhed i håndfladen og en eventuel fortykkelse ved den berørte finger.

Behandling – sådan gør vi

- Aflastning: Hvis du giver hånden ro i en periode, kan lette tilfælde gå i sig selv igen uden yderligere behandling.
- Blokade: Oplever du vedvarende gener, vil en blokade med lokalbedøvelse og binyrebarkhormon ofte lindre dine symptomer. Effekten viser sig inden for få uger, og cirka halvdelen af vores patienter oplever fortsat bedring efter et år.
- Operation: En operation kan blive nødvendig, hvis du har haft symptomer i mere end 4-6 måneder, hvis du oplever aflåsning af fingeren eller ikke har effekt af blokadebehandling.

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

Sådan foregår operationen

Operationen foregår i lokalbedøvelse, og formålet er at skabe plads til bøjesenerne, så de kan glide frit, og du kan bevæge din finger uden smertende klik eller aflåsninger. Der er tale om en lille operation, hvor håndkirurgen gennem en lille åbning i huden på 10-15 mm skaber plads til senerne. Efter operationen vil såret blive lukket med sårtape. Har du diabetes vil huden oftest blive lukket med en traditionel syning af huden.

Efter operationen

Umiddelbart efter operationen vil du opleve, at klik og aflåsninger i fingeren er forsvundet. Dog kan du opleve ømhed ved operationsstedet i flere uger eller måneder.

Sådan gør du:

- Hold hånden højt over hjertet på operationsdagen for at mindske risikoen for blødning.
- Bevæg hånden og fingrene med det samme og lav de anbefalede fingerøvelser dagligt. Det kan føles ømt og stramme, men det mindsker hævelse.

Smertelindring

- Du får smertestillende (paracetamol) efter operationen. Sammen med lokal-bedøvelsen vil det virke de første timer.
- Derefter kan du tage paracetamol efter behov.

Sårpleje

- Dit operationssår vil typisk blive lukket med sårtape, som bliver dækket med plaster og en trykforbinding.
- Fjern trykforbindingen efter tre dage og skift plasteret. Du får ekstra plaster og sårtape med hjem.
- Efter 7-10 dage, når såret er helet, kan sårtape og plaster fjernes.
- Hvis du er blevet syet, skal du have fjernet trådene hos din egen læge efter 10-12 dage. Husk at bestille tid hos lægen.

Efter operationen kontakter vi dig for at følge op på, hvordan du har det. Oplever du problemer inden, er du altid velkommen til at kontakte os.

Praktisk i hverdagen

- Du må ikke selv køre bilen hjem efter operationen. Vent med at køre bil til efter trykforbindingen er fjernet efter tre dage.
- Få hjælp til madlavning og praktiske opgaver de første dage.
- Brug en kraftig frysepose over hånden ved brusebad for at holde forbindingen tør.
- Brug en pose eller engangshandsker over hånden ved toiletbesøg.
- Hvor længe du skal være sygemeldt afhænger af dit arbejde. Vent med urent arbejde til såret er helet.
- Du bør undgå tunge løft de første uger efter operationen.

Komplikationer – vær opmærksom på:

Blokade

- Du kan opleve smerter de første dage efter, du har fået blokaden. Du kan afhjælpe smerterne med smertelindrende håndkøbsmedicin.
- Du kan opleve andre bivirkninger som for eksempel hudforandringer, varmekøbsmedicin i kroppen og søvnforstyrrelser (ca. 10%).
- Diabetes patienter kan opleve udsving i blodsukkerniveauet, hvilket kræver ekstra opmærksomhed. Ofte tilbydes operation til diabetikere fremfor blokade.
- Seneskader og infektion er sjældne, men alvorlige komplikationer (<1%).

Operation

- Ømhed ved operationsstedet er normalt de første uger, og let hævelse og ømhed fra arvævet kan vare i flere måneder.
- På trods af eventuel ømhed bør du bruge hånden normalt, når såret er helet.
- Alvorlige komplikationer som infektioner eller skader på kar og nerver er meget sjældne (<1%).

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 et par dage, men du vil være øm i fingeren den første uge og bør derfor undgå fulltids tastearbejde. Har du et fysiskkrævende job, skal du være sygemeldt i to til tre uger, og du skal helt undgå tunge løft de første tre uger efter operationen.

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. 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 springfinger er DM653 og operationskoden er KNDM49).

Spørg din forsikring

De fleste sundhedsforsikringer dækker behandling af springfinger. Vi anbefaler derfor, at du spørger dit forsikringsselskab om reglerne hos netop dem.