



# Seneskedehindebetændelse

De Quervains

**Seneskedehindebetændelse er en irritationstilstand som oftest opstår ved senerne i tommelfingersiden i hånden. I mange tilfælde går seneskedehindebetændelse over af sig selv ved aflastning, men nogle tilfælde kan kræve behandling.**

## Forekomst

Senerne til fingre og håndled løber igennem snævre seneskeder på vej fra musklerne i underarmen til den knogle, hvor de fæstner på hånden. I seneskederne kan der opstå irritation af det glidevæv, der omgiver senerne. Det betyder, at vævet hæver op, og senen bliver afklemmt i den snævre seneskede.

Tilstanden er meget almindelig, især hos kvinder og ses oftest efter overbelastning.

## Symptomer

- Ømhed eller smerter over den hævede seneskede.
- Hævelse og smerter ved håndledets tommelfingerside ved brug af hånden ved De Quervain tenosynovitis.

## Behandling

### Skinnebehandling

kan afhjælpe symptomerne i nogle tilfælde.

### Binyrebarkhormon/blokade

hos mange er en indsprøjtning med binyrebarkhormon en god behandling. Den kan gentages op til 3-4 gange med omkring 6 ugers mellemrum. Man er tilbageholdende med at anbefale binyrebarkhormon til personer med insulin-krævende sukkersyge, da det kan give blodsukkerforskydninger.

### Operation

kan komme på tale, hvis der ikke har været tilfredsstillende effekt af skinne eller binyrebarkhormonet.

Operationen foregår typisk i lokalbedøvelse og tager cirka 30 minutter. Der lægges et lille snit i huden over den forsnævrede del af seneskeden, som spaltes, så der er plads til at senerne kan glide frit.

## Forundersøgelse

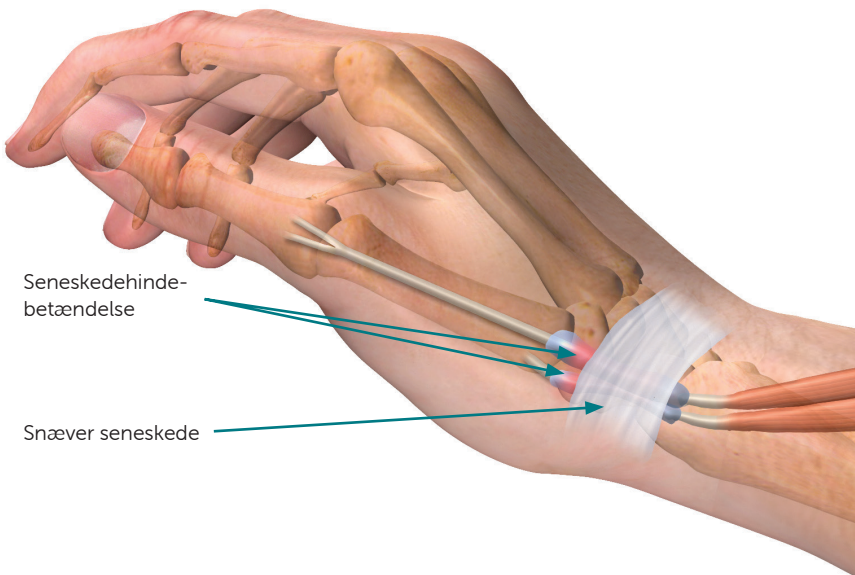
Inden beslutningen om en operation, kommer du til forundersøgelse hos en af vores speciallæger i håndkirurgi. Ud fra dine symptomer, håndkirurgens vurdering sammenholdt med dine ønsker, finder I den løsning, der er bedst for dig. Hvis I bliver enige om, at en operation er den bedste løsning for dig, gennemgår håndkirurgen forløbet, samt mulige bivirkninger og komplikationer, og hvad du kan forvente.

## Forberedelse

Vi anbefaler, at du inden operationen, har læst denne folder samt folderen 'Generel vejledning i forbindelse med din operation'. Du aftaler med håndkirurgen, hvordan du skal bedøves.

### Faste

Operationen bliver oftest lavet i lokalbedøvelse, og du skal i så tilfælde ikke møde fastende. Hvis I har aftalt enten en fuldbedøvelse eller en nerveblokkade, skal du møde fastende.



De Quervains sygdom

## Pause med medicin

Dette aftales med håndkirurgen. Se folderen 'Generel vejledning i forbindelse med din operation' eller 'Vanlig medicin i forbindelse med din operation'.

## Operationsdagen

Operationen foregår i dagkirurgisk regi, hvor det forventes, at du kommer hjem samme dag.

## Efter operationen

Før du kommer hjem, taler du med håndkirurgen og en sygeplejerske, der informerer dig om operationen og planen for det videre forløb. Forbindingen skal sidde i 2-4 dage, hvorefter den skiftes til plaster. Trådene skal fjernes ca. 14 dage efter operationen hos egen læge. Yderligere opfølgning er oftest ikke nødvendig.

## Smertes

Lokalbedøvelsen og en evt. nerveblokada giver en vis smertelindring efter operationen. En nerveblokada virker i 12-24 timer. Det vil alligevel blive nødvendigt at tage fast smertestillende medicin, før smerterne opstår. Det er oftest tilstrækkeligt med håndkøbsmedicin i form af paracetamol (Panodil, Pamol, Pinex) og ibuprofen (Ibumetin, Brufen, Iprex). Vi anbefaler, at du tager medicinen med faste intervaller, så længe du har ondt.

## Hævelse

For at undgå hævelse, er det vigtigt at holde hånden i/over hjertehøjde (også om natten). Du bør ligeledes lave pumpeøvelser ved at række armen i vejret og herefter knytte og strække fingrene (så vidt muligt) i roligt tempo i ca. 1 minut ad gangen, flere gange dagligt. Ved at træne bevægelighed af fingrene, sørger du også for at senerne fortsat kan glide frit, og der ikke dannes arvæv eller sammenvoksninger, som kan give de samme gener igen.

## Sygemelding

Du skal regne med at være sygemeldt i en periode på minimum 2 uger. Dette afhænger meget af dit erhverv. Du kan drøfte det med håndkirurgen til forundersøgelsen, så du kan aftale nærmere med din arbejdsplads.

## Aktivitet

Daglige, lettere gøremål kan du genoptage i det omfang, du kan, få dage efter operationen. Svarende til belastning på 1-1½ kg.

## Bilkørsel

Du må ikke selv køre bil, før du kan reagere normalt i enhver situation.

# Mulige bivirkninger og komplikationer (Hyppighed 1-2%)

## **Infektion**

Der vil altid i forbindelse med en operation være en lille risiko for betændelse i såret. Det giver yderst sjældent anledning til alvorlige komplikationer. Infektionsrisikoen reduceres ved intakt hud på hånden uden sår eller rifter og negle uden neglelak, schellac og kunstige negle.

## **Nerveskade**

Nogle små nervegrene i huden kan beskadiges. Det kan bevirke føletab i et mindre område i fingeren omkring operationsarret og bliver oftest normalt igen med tiden.

## **Ømhed af arvæv**

Arret kan være ømt i lang tid efter operationen. Dette kan imødekommes ved daglig massage af arret med en uparfumeret håndcreme.

## **Tilbagevendende gener**

Seneskedehindebetændelse kan komme igen, uanset hvor grundigt operationen er udført.





## Aleris Hospitaler - Vest

---

### Aalborg

Sofiendalsvej 97  
DK - 9200 Aalborg SV  
Tlf. +45 3637 2750  
aalborg@aleris.dk

### Aarhus

Brendstrupgårdsvej 21 A, 1. sal  
DK - 8200 Aarhus N  
Tlf. +45 3637 2500  
aarhus@aleris.dk

### Odense

J. B. Winsløvs Vej 17B  
DK - 5000 Odense  
Tlf. +45 3637 2880  
odense@aleris.dk

### Esbjerg

Bavnehøjvej 2  
DK - 6700 Esbjerg  
Tlf. +45 3637 2700  
esbjerg@aleris.dk

### Herning

Poulsgade 8, 2. sal  
DK - 7400 Herning  
Tlf. +45 3637 2600  
herning@aleris.dk

## Aleris Hospitaler - Øst

---

### København

Gyngemose Parkvej 66  
DK - 2860 Søborg  
Tlf. +45 3817 0700  
kobenhavn@aleris.dk

### Ringsted

Haslevvej 13  
DK - 4100 Ringsted  
Tlf. +45 5761 0914  
ringsted@aleris.dk

[www.aleris.dk](http://www.aleris.dk)

KNDM 49