

Hand- en Polscentrum

Dupuytren

Informatie en oefeningen

Inleiding

U heeft met de plastisch chirurgie besproken, dat u de ziekte van Dupuytren heeft. U heeft reeds uitleg gehad over de operatie en van uw handspecialist en/of handtherapeut heeft u al uitleg gehad over de operatie en de nabehandeling die hierbij nodig is. In deze folder kunt u alles nog eens rustig nalezen.

Wat is de ziekte van Dupuytren

De ziekte van Dupuytren is een aandoening, waarbij in de handpalm en in de vingers knobbels ontstaan. Deze ontwikkelen zich later tot koorden of strengen. Deze strengen bevinden zich met name in het onderhuids weefsel van de hand. Soms groeien deze strengen door in een gewricht van de vinger of in een buigpees. De strengen trekken uiteindelijk samen en veroorzaken een buigstand van de vingers.

Bij een langdurige buigstand van een vinger kan het gewricht beschadigd raken. Dit kan het strekken van de vinger extra bemoeilijken.

De operatie

Een operatie is bij een forse kromstand de beste therapie. De chirurgische behandeling bestaat uit het openen van de huid en het verwijderen van de strengen. De vingers kunnen weer gestrekt worden. Na het sluiten van de wond kan het wondherstel beginnen. Tijdens het herstel wordt littekenweefsel gevormd. Er is echter altijd kans op een terugkeer van de ziekte.

Het litteken

Littekenweefsel is weefsel dat in de wond thuis hoort. Dit trekt de wondranden naar elkaar toe en zorgt ervoor dat de wond zich sluit. Na ongeveer twee weken worden de hechtingen verwijderd. Als de wond gesloten is mag u de hand ook weer wassen.

- Het litteken heeft de neiging om ook in de lengte om samen te trekken en te verkorten. Deze littekenverkorting zou opnieuw tot een buigstand van de vingers kunnen leiden. Door middel van oefeningen en een spalk wordt dit voorkomen
- Als ook Dupuytren weefsel is weggenomen uit een gewricht, kan samentrekking van littekenweefsel stijfheid van het gewricht veroorzaken. Bewegen van betreffend gewricht is noodzakelijk om deze stijfheid te voorkomen.
- Als ook Dupuytren weefsel is weggenomen aan de pezen, kan littekenweefsel verklevingen veroorzaken tussen pees en omgeving. Oefeningen die het peesglijden bevorderen zijn dan noodzakelijk.

Met name de eerste drie maanden “groeit” het litteken en zijn de oefeningen essentieel. Het kan nog tot zes maanden duren voordat het litteken volledig tot rust is gekomen.

De nabehandeling

De nabehandeling duurt minimaal drie maanden en bestaat uit:

- Hoogstand: voorkomen/verminderen van zwelling;
- Spalk /oefeningen: voorkomen van littekenverkorting;
- Oefeningen: voorkomen van gewrichtsstijfheid en peesverklevingen.

Hoogstand

Om (overmatige) zwelling te voorkomen wordt het aangeraden om de hand de eerste 5 dagen na de ingreep hoog te houden.

Spalk

Om littekenverkorting te voorkomen wordt in de eerste dagen na de operatie, een strekspalk aangemeten. De spalk moet de vingers zo recht mogelijk houden. Dit mag geen overmatige pijn of bloedeloosheid veroorzaken. U dient de spalk minimaal drie maanden te dragen gedurende de nacht. Als de vingers erg krom stonden, krijgt u soms het advies de spalk de eerste dag ook overdag te dragen en daarna elke dag overdag. Deze spalk wordt op maat vervaardigd door de gipsverbandmeester. Het maken van de spalk duurt ongeveer een half uur. U krijgt hier een afspraak voor.

Oefeningen

Na de operatie begint u bij de handtherapeut met oefeningen van de hand. Dit vroegtijdig oefenen is noodzakelijk omdat in deze fase ook de littekenvorming begint. De ongewenste verschijnselen hiervan worden zo in een zo vroeg mogelijk stadium aangepakt.

Wij adviseren u om de handtherapie in het ziekenhuis te bezoeken. De fysiotherapeuten, die hier werkzaam zijn, zijn gespecialiseerd in behandelingen na deze ingreep.

Met deze oefeningen kunt u:

- een nieuwe kromstand van de vingers voorkomen;
- gewrichtsstijfheid voorkomen;
- er voor zorgen dat de pezen soepel blijven glijden.

Na de operatie komt u regelmatig naar de Handtherapie.

Als de wondgenezing onder controle is en u de oefeningen zelf kunt uitvoeren kan de behandelfrequentie teruggebracht worden. De handtherapeut instrueert en begeleidt u bij het doen van de oefeningen en eventuele littekenmassage. De duur van de begeleiding is afhankelijk van uw vorderingen tijdens de therapie.

Door het oefenen kan de wond open gaan staan. Dit is normaal. U hoeft zich hier geen zorgen over te maken. Het oefenen is belangrijker dan de wondgenezing. Wel dient de wond schoon te blijven.

In het oefenschema op de volgende pagina vindt u de basisoefeningen terug, die u de eerste weken elk uur tien keer moet uitvoeren. U houdt de positie telkens vijf seconden vast. Onder begeleiding van de handtherapeut worden de oefeningen uitgebreid.

Complicaties





Bij elke (hand)operatie kunnen complicaties voorkomen zoals:

- Bloeduitstortingen
- Vertraagde wondgenezing
- Beschadiging van de gevoelszenuwen van de vingers, waardoor een gedeeltelijke gevoelsstoornis ontstaat.
- Infectie. Teken van infectie zijn: roodheid, zwelling, warmte, kloppende/stekende pijn. Ook kan er pus uit de wond komen.

Als er een ontsteking ontstaat, neem dan direct contact op met de polikliniek Plastische Chirurgie

Oefeningen na een Dupuytren operatie

Als de onderstaande bewegingen niet goed of niet ver genoeg lukken kunt u met de andere hand proberen iets verder te bewegen.

- 1)  Maak uw vingers zo recht mogelijk
10 x 5 sec.
- 2)  Buig uw vingertoppen zo ver mogelijk
(haakvuist)
10 x 5 sec.
- 3)  Probeer de vingertoppen vlak op de duimmuis te leggen (vlakke vuist)
10 x 5 sec.
- 4)  Maak een volledige vuist, waarbij u probeert de vingertoppen zo ver mogelijk "in" de hand brengt. (volledig vuist)
10 x 5 sec.

Figuur 1. Oefeningen na een Dupuytren

De fysiotherapeuten/handtherapeuten van het handenteam wensen u veel succes bij het oefenen.

Vragen

Heeft u vragen na het lezen van deze informatie of heeft u klachten na de behandeling, dan kunt u tijdens kantooruren contact opnemen met het hand- en polscentrum.

Hand- en polscentrum

☎ (077) 320 61 40

✉ handenpolscentrum@viecuri.nl

VieCuri Medisch Centrum

Locatie Venlo

Tegelseweg 210
5912 BL Venlo
☎ (077) 320 55 55

Locatie Venray

Merseloseweg 130
5801 CE Venray
☎ (0478) 52 22 22

Meer informatie www.viecuri.nl

Bekijk uw medische gegevens op www.mijnviecuri.nl