

Carpaal tunnel syndroom (info brochure)

Wondzorg

Immobilisatie

Om goede genezing van de pees te bekomen mag deze na de operatie niet onderhevig zijn aan spanning. Daarom wordt een immobilisatie door middel van een abductieverband uitgevoerd. Gedurende **minimum 4 weken** dient het kussen behouden te worden. Afhankelijk van het type scheur mag het kussen dan verwijderd worden en dient de sling nog 2 weken gedragen te worden ter comfort.

Het betreft hier een relatieve immobilisatie. Dit betekent dat u enigszins zelf het verband mag aanpassen (strakker/losser). Het belangrijkste aspect is dat het u comfort biedt en geen ongemak.

Pijnbeleid

De eerste paar dagen na een rotator cuff herstel kunnen pijnlijk zijn. Nachtelijke last is frequent en neemt progressief af vanaf 1 à 2 weken na de operatie.

Een belangrijk aspect van pijnbestrijding is immobilisatie. Daarnaast kan u ook meermaals per dag een coldpack op de schouder leggen. Wikkel deze steeds in een handdoek om vrieswonden te vermijden.

Pijnmedicatie (cfr. Voorschrift)

Trap 1: Niet-opioïde pijnstilling eg. Paracetamol 4x1g/d
Trap 2: Zwakke opioïden eg. Tramadol 3x50mg/d

Paracetamol heeft een synergistisch effect wanneer gebruikt in combinatie met zwakke opioïden. Dit betekent dat ze elkaars effect versterken. Ook al heeft paracetamol alleen voor u geen of weinig effect, het blijft dus belangrijk om deze als eerste te nemen.

Het gebruik van niet-steroïdale anti-inflammatoire medicatie (NSAID) wordt bij voorkeur afgeraden na dit type chirurgie. In samenspraak met uw arts kan bij hevige pijn toch een korte kuur worden voorgeschreven.

Kinesitherapie

Een correcte revalidatie is zeer belangrijk voor een goed eindresultaat na rotator cuff herstel. Omwille van zwelling en pijn prefereren wij om slechts met kinesitherapie van de schouder te beginnen na 2 weken. Thuisoefeningen mogen reeds aangevat worden daags postoperatief en zullen u worden aangeleerd voor ontslag.

Voor de verdere revalidatie verwijzen wij naar het kinesitherapeutisch voorschrift in bijlage.

Opvolgafspraken

Een standaard controle zal voorzien worden op 2, 6 en 12 weken postoperatief. Bij twijfel of zorgen omtrent het postoperatieve verloop kan u steeds telefonisch terecht op ons secretariaat voor inlichtingen. Dit staat ons toe om de urgentiegraad in te schatten en zo nodig een vroegere controle in te plannen. Buiten de consultatieuren en tijdens zon- en feestdagen kan u ons bereiken via de spoedgevallendienst

“The man who moves a mountain begins by carrying away small stones” – Confucius

Dr. P.-B. De Keyzer

Dr. M. Cromheecke

Dr. J. De Witte

Dr. F. Mortier

Contactgegevens

Secretariaat TeaMM Ortho

Dienst Revalidatie

Spoedgevallendienst

Facturatiedienst