



Träningsprogram och information till dig
som har behandlats med injektion vid

Dupuytren's kontraktur

ALERIS ELISABETHSJUKHUSET



Aleris





Dupuytrens kontraktur

Dupuytrens kontraktur (DC) är en helt ofarlig sjukdom. Orsaken är okänd men man vet att den är ärftlig. Den är vanligast i norra Europa, särskilt i de skandinaviska länderna och England och kallas ofta för "vikingasjukan".

Tillståndet börjar med en liten inflammation under huden i handflatan eller i något finger. I den så kallade palmarisfascian bildas det små knutor som så småningom utvecklas till ärrstråk som kan dra ihop fingret eller fingrarna till böjt läge. I svåra fall kan den leda till att det inte går att rätta ut ett eller flera fingrar. Detta ger ofta problem i den dagliga användningen av handen.

Behandlingen går ut på att injicera ett kollagenas, ett enzym (Xiapex) i ärrvävnaden under huden. Enzymet löser upp ärrvävnaden och man kan rätta ut fingret/fingrarna i mer sträckt läge än innan. Metoden används främst för att kunna rätta ut fingrarna då knutor i handflatan och i fingrarna ofta blir kvar.

Injektion med Xiapex ger ofta ett bra resultat, men på sikt kan sjukdomen återvända. Sjukskrivningstiden efter injektion med kollagenas är beroende på hur tungt ditt arbete är. Det kan variera mellan 0–3 veckor.

Efter injektion

Du får ett stadigt förband efter injektionen. En vanlig reaktion av Xiapex injektionen är svullnad och värmeökning i handen som är

övergående. Under det första dygnet efter injektionen är det viktigt med högläge och att inte belasta handen.

Dagen efter injektionen får du bedövning i handen. Fingret/fingrarna rätas ut av behandlande läkare genom att med ett stadigt grepp sträcka ut fingrarna om inte strängen redan har brutit av sig själv.

När fingret/fingrarna har rätats ut är det vanligt att handen svullnar mer, ibland uppstår en spricka i huden och det kan börja blöda. Såret läker inom 1–2 veckor.

Det är viktigt att under hela första veckan eller så länge du är svullen vara noga med högläge för att minska svullnaden.

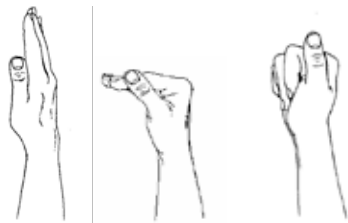
Hos arbetsterapeuten får du träningsinstruktioner samt en färdig handske eller en skena/ortos som formgjuts efter din hand och fästs på plats med mjuka breda band. Handsken/ortosen användes nattetid 2–3 månader och även dagtid den första veckan för att sträcka ut fingrarna och minska risken att de drar ihop sig igen. Efter 1–2 veckor är det återbesök hos arbetsterapeuten för kontroll av svullnad, rörlighet och ortosbehandling.

Använd din hand så normalt som möjligt i lätta aktiviteter utan att belasta tungt.

Aktiviteter som t ex styrketräning, gymnastik och golf kan du starta med när du inte är svullen och öm i handen längre. Vanligen tar det 2–6 veckor.

Rörelseträning

Fortsätt träna din hand så länge du är svullen, stel och till rörligheten och styrkan har återkommit. Träna 3–5 gånger/dag. Upprepa varje rörelse 5–10 gånger.



1. Böj fingrarna och knytn sedan hela handen. Håll kvar och räkna till fem. Om det är svårt att hitta rörelsen kan du knytn handen runt t ex en penna. Sträck sedan fingrarna helt igen och spreta ut.
2. Knytn handen med ytterlederna raka. Håll kvar och räkna till fem. Behåll knogarna böjda och sträck sedan i mellan- och ytterlederna. Sträck sedan fingrarna helt igen.



3. Böj fingrarnas yttersta leder med knogarna raka. Håll kvar och räkna till fem. Rulla sedan ner fingrarna in mot handflatan så mycket du kan. Sträck sedan fingrarna helt igen.
4. Böj tummen mot fingertopparna i tur och ordning och forma ett "O". Sträck ut tummen och fingrarna mellan varje nytt finger.
5. Sträck fingrarna genom att försiktigt tänja (sträcka) långsamt med hjälp av andra handen eller mot bordet. Ta det försiktigt tills huden är läkt.

Aktuella telefonnummer

| | |
|---|--------------------------|
| Elisabethsjukhuset Växel | 018- 18 88 00 |
| Elisabethsjukhuset handmottagning | 018- 18 88 09 |
| Elisabethsjukhuset arbetsterapeut | 018- 18 88 45 |
| Husläkare/vårdcentraler i Uppsala | se blå sidor i katalogen |
| Sjukvårdsrådgivningen Uppsala/ www.sjukvardsradgivningen.se | 1177 |
| Akutmottagningen Akademiska Sjukhuset | 018-611 00 00 (vxl) |



Kontakta oss

Aleris Elisabethsjukhuset
Geijersgatan 20
750 02 Uppsala
Tel: 018-18 88 00
Fax: 018-50 54 55
elisabethsjukhuset@aleris.se



Om Aleris Elisabethsjukhuset

Aleris Elisabethsjukhuset är ett av Sveriges främsta specialistsjukhus inom ortopedisk kirurgi. Vi ligger centralt belägen i Uppsala i vackra lokaler. Här arbetar flera av landets mest erfarna specialister som utför avancerad kirurgi inom flera ortopediska områden, framförallt inom axel-, armbågs- och handkirurgi, korsbands- och meniskkirurgi, fotkirurgi samt höftartroskopi. Vi är ledande i Sverige inom axelkirurgi och höftartroskopi. Vi tar emot patienter från hela landet och generellt har vi korta väntetider.

Om Aleris

Aleris är ett privat vård- och omsorgsföretag som erbjuder tjänster inom sjukvård, äldreomsorg och psykisk hälsa i Sverige, Norge och Danmark. Aleris ägs av Investor och har cirka 10 000 medarbetare.

www.aleris.se