

Seneskedebetændelse

Patientvejledning



NORDENS  PRIVATHOSPITAL

Patientvejledning
Dato: 01.10.2025

Seneskedebetændelse – "De Quervains"

Årsag

Seneskedebetændelse i håndleddet opstår pga. overbelastning. Tilstanden er hyppig hos voksne, oftest pga. gentagne bevægelser ved fx fabriksarbejde, rengøring, kontorjob med uhensigtsmæssig brug af mus/tastatur eller arbejde med små børn.

Tilstanden beskrives ofte som en murrende smerte der trækker ud i tommelfingeren. Smerterne forværres ved brug af hånden, især ved klemme/gribe funktion, hvilket gør det svært blot at drikke af et glas.

Aflastning af hånden og bandagering/ortose kan som regel afhjælpe symptomerne, og tilstanden vil over nogle uger helt forsvinde. Den første behandling vil ofte være i form af blokade med binyrebarkhormon – dette kan gentages flere gange. Hvis blokadebehandling ikke har effekt, kan operation blive løsningen.

Forventninger og forberedelse til operation

Langt de fleste opnår et hurtigt og tilfredsstillende resultat efter operation for seneskedebetændelse. Du skal forvente almindelig ømhed i operationsområdet efter operationen, men kun i en kortere periode.

Faste

Operation foregår i lokal bedøvelse – du skal IKKE faste.

Medicin

Du kan tage din vanlige medicin som du plejer.

Rygning

For at opnå bedst mulig heling efter operationen anbefaler vi, at du ikke ryger i minimum 4 uger før og 4 uger efter operationen.

Sygdom

Hvis du er syg, beder vi dig kontakte os mhp. at finde en ny dato for operation. Det er vigtigt dit immunforsvar ikke er påvirket af virus/betændelse inden en planlagt operation.

På dagen

Tag gerne et bad på dagen eller aftenen inden din operation og mød op i behageligt og praktisk tøj til hjemturen. Vask hånden godt, hav rene, korte negle uden neglelak. Der må ikke være sår og rifter i det område der skal opereres.

Operation

På operationsdagen henter sygeplejersken dig i venteområdet. Du bliver gjort klar til operation, får forskellige informationer om forløbet og du får også mulighed for at tale med speciallægen som skal operere dig. Du får lagt lokalbedøvelse i operationsområdet med en lille nål/sprøjte. Lokalbedøvelsen vil virke i flere timer efter operationen.

Ved operationen lægges der et lille snit over den forsnævrede del af seneskeden.

Seneskeden spaltes så senerne kan glide frit, og hånden kan fungere normalt igen. Til sidst lukkes såret med få sting og der anlægges en forbinding.

Efter operationen

Du kan tage hjem umiddelbart efter operationen. Du må ikke selv køre hjem.

Speciallægen ordinerer smertestillende medicin, som du skal tage i forløbet efter operationen. Der lægges evt. en recept ud, så du kan hente medicinen på ethvert apotek.

Hjemme igen

De første dage er det vigtigt du holder hånden opad (over hjertehøjde), så mindsker du hævelse og smerter i hånden.

Du skal lave venepumpeøvelser for hånd og fingre, det gør du ved at række armen i vejret, knytte og strække dine fingre i et roligt tempo. Du skal lave øvelserne i ca. 1 minut flere gange dagligt. 2 dage efter operationen kan du tage forbindingen af og i stedet sætte plaster over såret. Såret har godt af frisk luft, tag evt. en ren forbinding eller plaster på hvis du skal noget.

Du må gerne bruse såret, men undgå karbad indtil ca. 14 dage efter operationen.

Såret er syet med sting, som skal fjernes hos din egen læge 10-12 dage efter operationen (du skal selv bestille tid til dette).

Sygemelding efter operationen vil afhænge af dit arbejde. Det vil typisk være mellem 3-6 uger alt efter erhverv, tal med speciallægen om hvad der vil være passende for dig.

Kontrol

Der planlægges ikke kontrol efter operationen.

Komplikationer

Der vil altid være en lille risiko for komplikationer til en operation, herunder meget lille risiko for infektion i såret. Der er en risiko for at seneskedebetændelsen kommer igen, dette kan ske uanset hvor vellykket operationen har været.

Du er altid velkommen til at kontakte os før/efter din undersøgelse/behandling, hvis du har spørgsmål til forløbet. Vores dygtige personale er klar til at hjælpe dig.

NORDENS PRIVATHOSPITAL

Gasværksvej 4, 2. sal
9000 Aalborg

Enghavevej 30, 1. sal
7100 Vejle

Telefon: 69177171

Mail: mail@nordensph.dk

Web: www.nordensprivathospital.dk