



Vingerprothese

de revalidatie

Elke vinger heeft 3 gewrichten: het basisgewricht (de knokkel), het middengewricht en het eindgewricht. Door een ernstige blessure, een slijtage of een ontsteking aan de vinger, kan het middengewricht pijnlijk en/of stijf zijn. Het kraakbeen is zo beschadigd dat het niet meer hersteld. Samen met uw arts heeft u besloten om dit gewricht te vervangen door een kunstgewricht (prothese). Zodat de pijn minder wordt en u uw hand weer beter kunt gaan gebruiken.

Tijdens de operatie maakt de plastische chirurg een snee aan de bovenkant van uw vinger. Het pijnlijke gewricht wordt verwijderd en vervangen door het kunstgewricht (prothese).



Na de operatie

Na de operatie krijgt u een drukverband of een gipsspalk. Draag uw hand hoog (hoger dan uw hart) of legt uw hand op een kussen. Hiermee vermindert u de zwelling. Doe dit ook 's nachts. Gaat u wandelen, dan kunt u uw hand dragen in een mitella of een sling.

Revalideren

0-2 weken na operatie

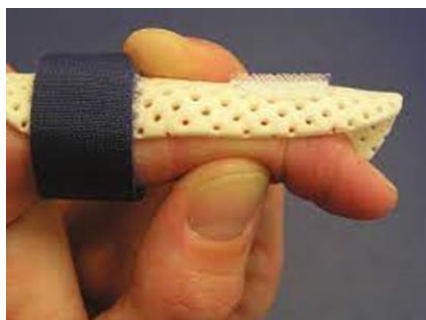
Vijf tot zeven dagen na de operatie wordt de gipsspalk of het drukverband vervangen door een spalk. Deze spalk komt aan de bovenkant van uw vinger en wordt vastgemaakt met klittenband.

De eerste 4 weken houdt u het spalkje dag en nacht om. Het spalkje mag niet nat worden. Gaat u douchen? Doe dan een plastic zak om uw hand, zodat de hand en de spalk niet nat wordt.

De handtherapeut geeft u oefeningen mee en adviezen hoe u uw hand kunt gebruiken. U houdt de spalk om tijdens de oefeningen.

Oefenschema: oefen 5x per dag, herhaal elke oefening 10x:

- Fixeer de vinger net onder het eindgewricht en buig het topje (afbeelding 1).
- Strek uw vinger daarna tot aan de spalk.
- Fixeer de vinger net onder het middengewricht en buig dit gewricht (afbeelding 2).
Strek daarna tot aan de spalk.
- U probeert toe te werken naar een 60 graden buiging in het middengewricht, mits u de vinger volledig kunt blijven strekken. Uw handtherapeut begeleidt u hierbij.



Afbeelding 1



afbeelding 2

Adviezen over het dagelijks gebruik van uw hand en werk:

- Vermijd zijdelingse- en draaibewegingen op de vinger .
- Zet geen kracht met de vinger.
- U mag uw hand **met de spalk** gebruiken bij lichte dagelijkse activiteiten.
- U mag niet fietsen, autorijden, motorrijden en sporten.

2-4 weken na operatie

- Zo nodig volgt u de adviezen om de zwelling van de vinger te verminderen.
- Twee dagen nadat de hechtingen zijn verwijderd of opgelost gaat u het litteken masseren.
- U blijft dezelfde oefeningen doen, waarbij u nu 75 graden mag buigen in het middengewricht als u de vinger volledig kunt blijven strekken.
- U krijgt van uw therapeut extra oefeningen.

4-6 weken na de operatie

- Zo nodig volgt u de adviezen om de zwelling van de vinger te verminderen.
- Ook gaat u door met het masseren van het litteken. U mag de vinger in het middengewricht langzaam verder buigen naar 90 graden.
- U mag het spalkje overdag afdoen. Om uw vinger te beschermen draagt u spalkje wel 's nachts.
- Houdt u een afwijkende stand van de vinger of buigt het nieuwe gewricht te weinig? Dan kan de therapeut u adviseren een buddytape te dragen. Bij een buddytape wordt de geopereerde vinger aan een andere vinger verbonden. U krijgt dan speciale oefeningen.
- Adviezen over dagelijks gebruik van uw hand en werk:
 - U mag zonder spalk lichte activiteiten doen met uw hand.
 - De handtherapeut geeft u adviezen over autorijden en fietsen.

6-8 weken na de operatie

- Het dragen van de spalk wordt afgebouwd, wanneer de strekking van de vinger goed.
- U werkt toe naar het maken van een volledige vuist.

- U werkt toe naar het meer belasten en gebruiken van de vinger en uw hand.

8-12 weken na de operatie

- U bouwt de kracht in de vinger/hand verder op.
- U werkt toe naar het meer belasten en gebruiken van de vinger en uw hand.
- U krijgt advies over het fietsen en autorijden.

Houd er rekening mee dat een kunstgewricht niet zo ver zal kunnen buigen als een normaal gewricht.

Vragen en telefoonnummers

Het is belangrijk dat u juiste en duidelijke informatie krijgt. Heeft u vragen, stelt u deze dan aan de arts of aan de handtherapeut.

Heeft u vragen voor of na de behandeling in het ziekenhuis, of heeft u thuis problemen met uw hand? Van maandag t/m vrijdag tussen 8.00 en 16.30 uur neemt u contact op met:

- polikliniek plastisch chirurgie (023) 224 0175
- polikliniek revalidatiegeneeskunde (023) 224 0085
- de paramedische dienst locatie Haarlem Zuid (023) 224 0005

Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord

Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl