

Geachte patiënt,

U onderging vandaag een ingreep in het chirurgisch dagziekenhuis. We wensen u een goed herstel en geven u graag enkele tips voor de nazorg.

U werd geopereerd voor een carpaal tunnel syndroom dmv een kijkoperatie: ECTR (endoscopische carpaal tunnel release)

Nazorg en verloop:

- **1e dag na de operatie:**
 - Uw huisarts mag het verband verwijderen. De steristrips en het draadje mogen ter plaatse blijven. Hierbovenop mag een (waterwerende) pleister worden aangelegd.
 - Het kan zijn dat de steristrips spontaan loskomen. In dit geval, mogen er nieuwe steristrips worden opgelegd door de huisarts.
Indien, tijdens de verbandwissel, ook de hechtingsdraad spontaan verwijderd wordt, mag het wondje open blijven (of terug bedekt worden met steristrips). Het is niet noodzakelijk de wonde opnieuw te hechten. Het kan zijn dat de wonde wat openstaat en lekt, wat helemaal niet erg is. In dit geval is het nuttig de wonde dagelijks te ontsmetten en te bedekken met een pleister.
 - U zult merken dat de nachtelijke klachten onmiddellijk een pak beter zullen zijn. Typische zinderingen / slapende vingers, zouden bijna volledig moeten verdwenen zijn.

- **Tot 2 weken na de operatie:**
 - De wonde proper en droog houden.
 - Stretch oefening: 1) De geopereerde arm uitsteken, 2) de pols overstrekken, 3) de andere kant opkijken.
 - U doet deze stretchoefeningen verschillende malen per dag.
 - Dit dient om de zenuw niet te laten verklevan in het litteken.
 - Vermijd in deze periode om de pols ver te plooiën.
 - Het kan zijn dat de onderarm wat blauw verkleurt, vnl rond het litteken.
 - Dit is een inwendige nabloeding (of een grote blauwe plek), die later spontaan verdwijnt. U hoeft zich geen zorgen te maken.
 - Het kan ook zijn dat de wonde nog wat nabloedt of dat er vocht uit sijpelt.
 - Ook dit is niet abnormaal. U mag de wonde in dit geval dagelijks ontsmetten met ontsmettingsmiddel.

- **Tussen dag 10 en 14 na de ingreep:**
 - Verwijderen van de hechting bij de huisarts. Het draadje mag gewoon worden doorgetrokken. Indien er wat weerstand zou zijn, moet worden opgelet dat het draadje niet 'afbreekt'.
 - Vanaf dan mag het litteken en de handpalm goed ingemasseed worden met handcrème. Dit kan onaangenaam aanvoelen, maar dit kan geen kwaad.

- **Na een 4-6 weken:** komt u op controle. Wat mag u dan verwachten:
 - De tintelingen en nachtelijke klachten zijn doorgaans verdwenen.
 - Klassiek is er wel nog bandvormige pijn in de handpalm (van pinkmuis tot duimmuis), vnl bij afduwen of vastgrijpen van voorwerpen (zoals bij het vastnemen van een deurklink of fietsstuur of bij het openen van een blik of fles,...) en ook krachtverlies. Dit is een gevolg van de operatie. Dit duurt doorgaans 3 maanden, soms tot 6 maanden.
- Houd er rekening mee dat, zolang de wonde goed geneest, u in principe niets verkeerd kan doen gedurende het volledige genezingsproces. Pijn kan dus geen kwaad.
- Uw controle afspraak werd voorzien. Indien u weinig last heeft na de ingreep of u merkt dat het herstel volgens plan verloopt, mag deze controle afspraak worden geannuleerd, als u dit wenst. Gelieve hiervoor tijdig (minstens 24u op voorhand) het secretariaat te verwittigen.
- We wensen u een goed herstel.

Wenst u meer info ivm
een carpaal tunnel syndroom
en de behandeling,
scan dan deze QR code:



Wenst u meer info ivm
De verdooving tijdens de operatie
scan dan deze QR code:

