

# PATIËNTEN INFORMATIE

## Tenolyse

Expertisecentrum hand- en  
polschirurgie Maasstad Ziekenhuis

**MAASSTAD  
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



Door middel van deze informatiefolder wil het Hand en Pols Expertisecentrum van het Maasstad Ziekenhuis een globaal overzicht geven over de gang van zaken rondom een tenolyse. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig te lezen. Het is goed zich te realiseren dat uw persoonlijke situatie echter anders kan zijn dan beschreven.

### **Hand en Pols Expertisecentrum**

Het Hand en Pols Expertisecentrum van het Maasstad Ziekenhuis is gespecialiseerd in acute en ernstige letsels en aandoeningen van de hand en pols. Iedereen met hand- en polsproblematiek kan terecht in het Expertisecentrum, waar zowel eenvoudige als meer complexe aandoeningen kunnen worden behandeld. Voor meer informatie kunt u terecht op onze website: [www.handenpolsexpertise.nl](http://www.handenpolsexpertise.nl)

### **Wat is een tenolyse?**

Een tenolyse is een operatie waarbij de pees wordt vrijgemaakt van verklevingen zodat deze weer vrij kan bewegen. Als gevolg van verklevingen van de pees in de hand kunt u uw vinger niet goed meer buigen en/of strekken. Deze verklevingen kunnen zijn ontstaan doordat de pees en/of het omliggende weefsel beschadigd is geraakt door bijvoorbeeld een voorafgaand trauma of operatie. Tijdens het herstel hiervan kunnen verklevingen ontstaan waardoor de glijfunctie van de pees wordt belemmerd.

Bij een langer bestaande stijve vinger kan eventueel, naast de pees, ook het gewricht moeten worden losgemaakt (arthrolyse). Door middel van deze operatie hoopt het behandelteam een betere functie te kunnen creëren. Wij kunnen echter geen garantie geven. Deze operatieve ingreep wordt een tenolyse genoemd.

### **Voor de operatie**

Voor de operatie dient u rekening te houden met onderstaande zaken:

- Draag makkelijke, ruimvallende kleding;
- Neem een begeleider mee naar het ziekenhuis om u na de operatie te helpen met aankleden/vervoer naar huis;

- Draag geen sieraden of nagellak aan de zijde waaraan u wordt geopereerd;
- Haal alvast pijnstilling in huis (paracetamol volstaat);
- Geef eventuele allergieën vóór de ingreep door aan de arts;
- Stop in overleg met de arts enkele dagen voor de operatie met bloedverdunnende medicatie. U kunt dit meestal één dag na de operatie weer hervatten in overleg met de arts.

### **Operatie**

Tijdens de operatie ligt u op de rug met uw arm opzij. De operatie gebeurt poliklinisch onder lokale verdoving of (minder vaak) in dagbehandeling onder verdoving van de gehele arm. Slechts zelden wordt gekozen voor volledige anesthesie. De arts overlegt met u wat in uw geval het beste is.

Voor de start van de operatie kunt u een band (tourniquet) om de bovenarm krijgen. Deze band wordt, nadat de verdoving is ingewerkt, opgeblazen. Door de druk van de band worden de bloedvaten naar de hand dichtgedrukt. Gedurende de ingreep stroomt een korte periode geen bloed naar de hand. Zo wordt een beter zicht voor de chirurg gecreëerd. De druk van deze band kan als onprettig worden ervaren. Tijdens de operatie wordt zoveel mogelijk littekenweefsel rondom de pees verwijderd. De huid wordt met hechtingen gesloten. Hierna kan de band rondom de bovenarm weer leeglopen zodat de bloedaanvoer naar de hand weer wordt hersteld. Dit kan kortdurend een prikkelend gevoel geven.

### **Nazorg**

- Na de operatie zit de hand de eerste dagen in een drukverband of gipsspalk. U dient het (gips)verband droog te houden. Tijdens douchen kunt u een plastic zak om de hand doen. Indien er geen gips omheen zit en het verband te strak zit mag u eventueel het buitenste verband opnieuw aanleggen. Zit het gips te strak dan kunt u contact opnemen met de polikliniek.

- U dient de hand de eerste 3 dagen hoog te houden. U krijgt een draagdoek (mitella) aangemeten. Met hooghouden wordt bedoeld de hand hoger houden dan de elleboog. Thuis kunt u de mitella eventueel afdoen en uw hand op een kussen 'hoog' leggen. 's Nachts hoeft u de mitella niet om en u kunt uw hand dan het beste op een kussen laten rusten.
- Voor eventuele napijn kunt u paracetamol (max. 4 x daags 1000 mg) gebruiken. Indien nodig krijgt u een recept voor extra pijnstilling.
- Wij adviseren u met een (gips)verband geen auto te rijden. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met uw zorgverzekeraar. Verzekeraars kunnen weigeren om uit te betalen in geval van schade.
- Het (gips)verband wordt binnen 7 dagen verwijderd. Indien vooraf afgesproken met uw behandelend arts wordt dan gestart met oefentherapie.
- De hechtingen worden na ongeveer 10-14 dagen door een verpleegkundige verwijderd.
- Eventueel krijgt u voor enkele dagen hechtpleisters op het litteken. U mag uw hand nat maken, de hechtpleisters kunnen tegen water.
- De hechtpleisters kunnen niet tegen vettigheid, vermijd daarom zeep en olie. Zwemmen is niet verstandig omdat zwemwater doorgaans vervuild water is.

### **Nabehandeling bij het handenteam**

Na een hand- of polsoperatie is vaak een actieve nabehandeling van ongeveer 3 maanden nodig bij het handenteam. Deze start meestal binnen 7 dagen na de operatie en duurt minimaal 12 weken. Het handenteam richt zich op het verbeteren van de handfunctie en bestaat uit ervaren plastisch chirurgen, revalidatieartsen, handtherapeuten (ergo-/fysiotherapeuten) en verpleegkundigen. De samenwerkende specialisten stemmen hun behandeling met elkaar af waardoor de behandeling efficiënter en van een hoog niveau is.

Er is wekelijks een bespreking met het team zodat iedereen op de hoogte is van alle zaken.

Iedereen is uniek en dat geldt ook voor de gehele nabehandeling. De aangegeven tijdslijnen zijn richtlijnen en kunnen per persoon en letsel verschillen. In enkele gevallen kan een vervolgooperatie noodzakelijk zijn om het optimale resultaat te bereiken.

De eerste weken bent u drie tot vijf maal per week onder behandeling van de handtherapeut. De handtherapeut geeft u oefeningen en begeleidt u tijdens de behandeling. U krijgt tips en oefeningen mee voor thuis. Elk uur moet u de vingers bewegen zonder kracht, zodat de pezen door de peeskokers glijden (peesglijdingsoefeningen). Hiermee voorkomt u nieuwe verklevingen. Soms krijgt u instructie om ook 's nachts twee keer te oefenen. Nadat de hechtingen door de verpleegkundige zijn verwijderd krijgt u van de handtherapeut instructie om het littekengebied te masseren. Het litteken heeft enkele maanden nodig om soepel te worden.

Indien tijdens de operatie ook een vingergewricht is losgemaakt, krijgt u tevens oefeningen om de verkregen beweeglijkheid te behouden.

Soms is het nodig om, naast het oefenen, een spalk te gebruiken. Dit kan een spalk zijn om de beweeglijkheid van het gewricht te vergroten en/of behouden of een spalk om het actief bewegen te stimuleren.

Na een intensief behandelingstraject in de eerste weken neemt, afhankelijk van het herstel, het aantal behandelingen per week af. Gedurende het gehele behandelingstraject is nauw contact tussen de handtherapeuten, revalidatiearts en plastisch chirurg zodat de therapie, indien nodig, op tijd kan worden bijgesteld. Ons streven is dat zoveel mogelijk door dezelfde handtherapeut(en) wordt behandeld.

Daarnaast proberen wij zoveel mogelijk rekening te houden met uw wensen ten aanzien van de therapietijden. Hierdoor is het echter mogelijk dat u door verschillende handtherapeuten wordt behandeld.

## Hersteltraject

- Voor een optimaal resultaat is het voor uw revalidatie van belang dagelijks thuis te oefenen.
- De eerste 4 tot 6 weken kunt u beter geen voorwerpen stevig vastgrijpen of veel kracht uitoefenen om overbelasting te voorkomen.
- De duur van de herstelfase na een tenolysse operatie is variabel en afhankelijk van uw wondgenezing en herstel. U kunt rekening houden met een gemiddeld herstel naar de oude functie in 2 tot 3 maanden. Natuurlijk kan de hand wel eerder worden ingezet.
- Soms komt het voor dat het litteken en het gebied rondom het litteken langere tijd (weken tot maanden) gevoelig is bij aanraken en drukzetten. Deze klachten zijn vrijwel altijd tijdelijk.
- Na het verwijderen van de hechtingen en indien het litteken droog en dicht is kunt u beginnen het litteken lichtjes te masseren en smeren met littekencreme (vitamine E crème), dit om te voorkomen dat de huid verkleefd raakt aan de onderhuid en diepere lagen. Het litteken heeft enkele maanden nodig om soepel te worden, in het begin kan het litteken hard aanvoelen.

## Mogelijke complicaties

Bij alle operaties bestaat een geringe kans dat zich complicaties voordoen. Voor de volledigheid noemen wij de (zeer) zeldzame complicaties. Als u vragen heeft over de mogelijke complicaties raden wij u aan om contact op te nemen met uw behandelend arts.

- Een wondinfectie, een nabloeding of een veranderd gevoel rondom het litteken. Neem bij roodheid, koorts, warm aanvoelen van de huid of erge pijnklachten contact op met het ziekenhuis.

- Na een trauma of operatie van de hand kunnen onbegrepen klachten ontstaan die niet direct te maken hebben met het trauma of de operatie. Deze klachten omvatten roodheid, zwelling, een glanzende huid, stijfheid en pijn. Ook kan een intolerantie ontstaan voor kou. Deze klachten komen slechts zeer zelden voor en zijn vaak tijdelijk.
- De vingers kunnen langdurig stijf zijn. Slechts zeer zelden is dit blijvend.

**Wilt u meer informatie of een afspraak maken?**

Voor meer informatie of het maken van een afspraak kunt u contact opnemen met de polikliniek Plastische Chirurgie via (010) 291 22 30. In de avonduren en weekenden kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp van het Maasstad Ziekenhuis via (010) 291 35 99.



De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية،  
إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه  
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis

Maasstadweg 21

3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: [www.maasstadziekenhuis.nl](http://www.maasstadziekenhuis.nl) / [www.maasnik.nl](http://www.maasnik.nl) (kinderwebsite)

I: [www.maasstadziekenhuis.nl/mijn](http://www.maasstadziekenhuis.nl/mijn) (patiëntenportaal)

