



Dokumentnamn/diagnos: Rehabprogram för rehabilitering vid tumbasoperation

Dokumentet gäller inom Region:	Skåne
Enhet:	Handkirurgiska kliniken, SUS, Malmö
Ansvarig enhetschef:	Elisabeth Ekstrand
Upprättat av FT/AT/KUR:	Fys ter Katarina Mortazavi, arb ter Pär Linnertz

Giltigt fr.o.m. datum:	2018-08-31
Dokumenthistorik tidigare versioner:	Finns att tillgå på enheten

	Övergripande Information
Bakgrund kortfattad	Artros i CMC I-led. Genomförd operation vid CMC I artros med interpositionsplastik, protes eller trapeziumextirpation.
Kirurgiska aspekter relevanta för rehabiliteringen	Operatören avgör om och redovisar varför patienten inte skall ingå i rehabiliteringsprogrammet samt ordinerar alternativ rehabiliteringsregim, exempelvis vid protes. Dokumenteras under planering i operationsberättelse.
Problem tex funktion, aktivitet och delaktighet	Smärta, sämre greppförmåga och kraftlöshet samt aktivitetsbegränsning och delaktighetsinskränkning.
Utvärderings-instrument	TAM. Tumbasproteser följs upp enligt HAKIR med utökade mätningar.
HAKIR Funktions-uppföljning, ev. exklusionskriterier	<input type="checkbox"/> JA <input checked="" type="checkbox"/> NEJ
Målsättning	Smärtfrihet, god rörlighet och greppstyrka.

Förväntat resultat	Studier visar att flertalet patienter får minskad smärta, förbättrad rörlighet, greppstyrka och ökad aktivitetsförmåga.
Observandum/ Restriktioner	Läkningsprocessen tar ca tre månader. Slutresultatet kan dröja ytterligare flera månader, upp till 1 år post op.
Förväntad rehabiliteringstid	3-4 månader
Förväntad sjukskrivningstid	
Övrigt	

Tidslinje pre- och/eller postoperativt, restriktioner	
Dag 0 = operationsdagen 1 vecka postoperativt = 7 dagar efter operation	
Tid Dag/vecka/månad	Intervention
Preop	<p>Patienten bokas till arbetsterapeut 60 min för gruppinformation. Om patienten ingår i HAKIR, d.v.s. vid proteser, bokas 60 min individuellt till arbetsterapeut.</p> <p>Information angående rehabiliteringsförloppet.</p> <p>Genomgång av ADL</p> <p>Tre broschyrer delas ut: ”Information till dig som ska opereras med en tumbasplastik”, ”Förenkla vardagen” och ”Råd angående belastning av handen efter tumbasplastik”.</p>
Postop	<p>Avdelningsteam går i samband med hemgång igenom:</p> <p>Ödemprofylax/åtgärder</p> <p>”Patientinformation efter handskada eller handoperation” – skriftlig information som tilldelats patient pre op.</p> <p>Övningar för att bibehålla/öka rörligheten i fingrar, armbåge och axel.</p> <p>Tips/råd angående ADL strategier.</p>
2 veckor postop	Suturtagning – Omgipsning på mottagningen.
4 veckor postop	<p>Patienten kallas av sekreterare på avdelningen till fysioterapeut 30 min. Vid behov av abduktionsortos ska arbetsterapeut bokas.</p> <p>Aktiv rörelseträning av tumme, handled – muntlig och skriftlig information.</p> <p>OBS! Opposition till basen av dig V introduceras 6v postop.</p> <p>Ödemreducerande interventioner.</p> <p>Repetition av tidigare erhållen information.</p> <p>Information om smärtreducerande interventioner/strategier.</p>

<p>4 veckor postop forts.</p>	<p>Råd kring nedsatt sensibilitet. Stimulering av tumme och hand med lätt beröring/massage. Information och träning gällande hyperestesi. Smörja och beröra ärret, ärmobilisering vid behov. Mycket lätt belastning i dagliga livet. Se sid 2 i ”Råd ang belastning av handen efter tumbasplastiker”. Greppförstoring till bestick, tandborste etc. Råd och information angående ADL strategier. Utprovning av ortos (Catell 7745) för användning dygnet runt i 2 veckor, tas av för rörelseträning, handtvätt och dusch.</p>
<p>6v postop</p>	<p>Patienten är inbokad till arbetsterapeut 30 min. Ortosen kan avvecklas nattetid men används dagtid i oskyddade miljöer och vid behov i belastande aktiviteter. Mätning och dokumentation av rörlighet i dig I och handled. Rörelseträning kontrolleras och uppdateras med opposition mot basen dig V. Ödemreducerande interventioner repeteras Noggrann information om att finna balans mellan aktivitet, träning och vila. Repetition om belastningsregim. Smärtbehandling utökas vid behov. Fördjupad genomgång av tidigare information. Ärmobilisering/ behandling Lätt belastning se sid 3 ”Råd angående belastning av handen efter tumbasplastiker”. Obs! Alltid under smärtgränsen.</p>
<p>8-10v postop</p>	<p>Patienten är vanligtvis inbokad i samband med läkarbesök till arbetsterapeut, i vissa fall kan det vara befogat med besök även till fysioterapeut. Pågående interventioner kontrolleras och uppdateras. Mätning och dokumentation av rörlighet i dig I och handled Lätt träningsmassa kan vid behov användas i fasciliterande syfte. I övrigt se under 4v resp 6v postop. Medelbelastning se sid 4 ”Råd ang belastning av handen efter tumbasplastiker” till smärtgränsen. Genomgång av arbetsuppgifter och råd inför återgång i arbete.</p>
<p>12-16v postop</p>	<p>Patienten bokas till antingen fysioterapeut eller arbetsterapeut efter behov. Om patienten ingår i HAKIR bokas 30 min till arbetsterapeut (proteser). Pågående interventioner kontrolleras och uppdateras. Mätning och dokumentation av rörlighet. I övrigt se under v 4 resp 6v postop. Normal belastning med hänsyn taget till ev kvarstående smärta Genomgång av arbetsuppgifter och råd inför återgång i arbetet.</p>

Referenser:

Wouters RM, Tsehaie J, Hovius SER, Dilek B, Selles RW. Review article (meta-analysis): Postoperative Rehabilitation Following Thumb Base Surgery: A Systematic Review of the Literature.

Archives of Physical Medicine and Rehabilitation [Internet]. 2018 Jun 1 [cited 2018 Nov 16];99:1177–1212.e2

Bilagor: