

Information efter bøjesene operation

Til patienter og pårørende

Operation efter bøjesenelæsion

Du er blevet opereret efter en bøjesenelæsion og har fået anlagt en gips, som skal beskytte den opererede sene mod udspænding.

Du bliver henvist til ergoterapi af kirurgen lige efter operationen. Hvis du ikke har modtaget indkaldelse i din e-boks eller en telefonisk aftale i Ergoterapien senest 2 dage efter din operationen, skal du først kommende hverdag kontakte Fysio- og Ergoterapien for en aftale - Tlf. 79 18 23 75 (kl. 8.00-15.00)

I Ergoterapien får du anlagt en plast-skinne (se nederste billede), som du skal bære hele døgnet i 4 uger og herefter om natten, samt i udsatte situationer de følgende 14 dage.

Ergoterapeuten vil vejlede dig i hvad du må og ikke må, mens du bærer skinnen og efterfølgende.

For at vedligeholde senens glideevne, mindske risikoen for stive led og modvirke at senerne vokser fast til de omkringliggende strukturer i hånden, instrueres der i øvelser, som vises af ergoterapeuten.

- 6 uger efter operationen påbegyndes ubelastede øvelser, dvs. uden kraft.
- 8 uger efter operationen tåler senen tidligst belastning og du vil kunne genoptage dit arbejde. Er det fysisk hårdt arbejde, skal der dog mindst gå 12 uger.
- Sportsaktiviteter og styrketræning kan genoptages ca. 16 uger efter operationen.
- Du må køre bil 9 uger efter operationen og cykle 10 uger efter operationen.

