

## Friläggning av ulnaris-nerven

### Kubitaltunnelsyndrom

Ulnaris-nerven är en nerv som passerar längs med armen insida och försörjer underarmens och handens muskulatur och hud. Nerven passerar vid armbågen och ligger där relativt ytligt, vilket man kan märka då man får en så kallad änkestöt ("elektrisk stöt" då man slår i armbågen).

Vid kubitaltunnelsyndrom förträngs ulnaris-nerven vid armbågen av till exempel ärrvävnad eller inflammatorisk vävnad. Detta framkallar ofta smärtor som strålar ut mot ring- och lillfinger. Man kan också få besvär med att genomföra finmotoriska rörelser med handen, som till exempel att vrida om ett lås eller knäppa knappar.

### Inför operationen

Om du äter blodförtunnande eller inflammationsdämpande tabletter ska du göra uppehåll med dessa 7 dagar före operationen. (Dessa läkemedel påverkar nämligen blodets levringsförmåga. Exempel på sådana läkemedel är Voltaren, Orudis, Magnecyl, Diklofenak, Ipren och Ibumetin. Trombyl, Plavix och Waran skall sättas ut enligt särskild ordination i samråd med den läkare som sköter medicineringen. Under denna tid får du inte heller ta några naturläkemedel. Blodtrycks- och hjärtmediciner skall dock tas som vanligt.

Före operationen skall du också besöka en arbetsterapeut för utprovning av en speciell skena som du skall använda nattetid efter operationen. Denna skena tillser att du inte böjer på armbågen för mycket i sömnen.

För att förebygga infektioner i samband med operationen skall du duscha och tvätta håret med Descutan, en bakteriedödande tvål. Denna tvålsvamp köper du på Apoteket. Du skall tvätta hela kroppen noggrant med Descutan två gånger dagen före operationen. Håret behöver bara tvättas ena gången. En sista tvätt med Descutan gör du hemma på operationsdagens morgon. Du får inte använda hårbalsam eller hudlotion efter tvättningarna.

Du behöver inte vara fastande inför operationen.

### Operationen

Operationen görs under sövning eller i lokalbedövning.

Under operationen gör man ett snitt i huden på cirka 5-10 centimeter i armbågsnivå över den klämda nerven, därefter delar man på hinnan som trycker på nerven.

### Efter operationen

Efter operationen får du ett enkelt förband.

Du får med dig remiss till distriktssjuksköterska för borttagning av stygnen efter två veckor. På remissen finns också information om huruvida såret skall kontrolleras och läggas om hos distriktssjuksköterskan. I annat fall sker sårkontrollen vid ett läkarbesök på Movement.

Du får också med dig en remiss till arbetsterapeut, som ger dig råd och träningsövningar. Det är viktigt att man tränar för att inte armbågen skall bli stel. Det första arbetsterapeutbesöket

bör ske 1-2 veckor efter operationen. Fram tills dess tränar du enligt programmet som finns i denna informationsbroschyr.

Ledbandet är helt läkt efter sex veckor och under den tiden skall man inte utsätta handen för alltför stor påfrestning och belastning. Du skall undvika att böja armbågen alltför mycket. Det är inte ovanligt att man en tid efter operationen kan vara stötöm över ärret. Man kan också känna en viss smärta när man tar i ordentligt med handen. Detta brukar försvinna helt så småningom.

Sjukskrivningens längd efter operationen beror på vilket arbete du har.

Vid hemresan efter operationen får du inte köra bil.

### **Träningsprogram**

Dessa rörelser kan du börja med direkt när bedövningen har släppt efter operationen. Träna 10 gånger om dagen och upprepa varje rörelse 5-10 gånger.

1. Sträck händerna högt mot taket med helt sträckta armbågar och spreta med fingrarna. Dra tillbaka armarna mot kroppen med knutna händer. Det ger bäst effekt att ta båda armarna samtidigt.
2. Böj och sträck i armbågen på den opererade armen.

När du kommer till arbetsterapeuten 1-2 veckor efter operationen kommer du att få vidare träningsinstruktioner.