

Orsak och symtom

Senskideträngsel, eller Morbus de Quervain, är en inflammation med trängsel i ett av handens senskidefack, vilket leder till ömhet och rörelsesmärta i handleden mot tummen. Smärtorna utlöses när den svullna senan ska glida i en trång kanal.

Seninflammationen kan utlösas av ovana eller upprepade rörelser. Ibland kan tillståndet ses hos nyblivna föräldrar som går omkring och bär sitt spädbarn. Inflammationen ger smärta vid rörelser i tummen. Det kan orsaka problem med att lyfta, greppa, ta ett mjölkpaket etc.

Behandling

Tillståndet kan försvinna efter kortare eller längre tid om de rörelser som utlöser smärtan undviks.

En stödskena (ortos) som skyddar handleden och tummen kan ge symtomlindring och bidra till att inflammationen klingar av.

Antiinflammatoriska mediciner kan ge symtomlindring. Kortisoninjektion i eller runt senskidan är i regel effektivare.

Om tillståndet är påtagligt besvärande och kvarstår trots icke-operativ behandling bör operation övervägas och ger i allmänhet effektiv hjälp, varvid smärtan successivt försvinner.

Operationen

Operationen utförs i lokalbedövning. Genom ett kort hudsnitt öppnas senskidan så att senorna kan löpa fritt.

Efter operationen

Handen bör de första dagarna hållas i högläge. För att motverka svullnad och stelhet bör omedelbar rörelseträning av fingrarna inledas.

Vid dusch måste förbandet skyddas så att bandaget inte blöts ned. Om du fått ett förband med en häftande plastfilm ytterst kan du däremot duscha fritt.

Stygnen tas bort hos distriktssköterskan efter 10–14 dagar.

De första dagarna kan du behöva ta vanliga värktabletter eller medskickade mediciner mot smärtan.

Om du får tilltagande värk, svullnad eller feber efter flera dagar bör du kontakta akutmottagningen.

Det brukar ta 2–4 veckor innan handen kan användas relativt normalt igen. Behovet av sjukskrivning varierar och beror på vilka arbetsuppgifter du har.

Återbesök brukar inte behövas, men om du har frågor eller besvär som du upplever oroande kan du kontakta ortopedmottagningen.