



Doporučení po operaci Dupuytrenovy kontraktury

■ V průběhu prvních dnů po operačním výkonu je vhodné udržovat končetinu ve zvýšené poloze (ruka výše než loket, loket výše než rameno), případně přes obvaz je možno ruku s přestávkami chladit/ledovat. Led vložte do neprodyšné fólie nebo igelitového sáčku, aby se obvaz nenamočil a přes obvaz nebo vrstvu látky (utěrka, kapesník) chlaďte maximálně 20 minut a poté chlazení na 20 minut přerušete. Ledování má smysl během prvních 24–48 hodin po operaci, v dalších dnech pak pouze pokud otok přetrvává.

■ Hojení operační rány je spojeno s určitou mírou bolestivosti, která by měla mít tendenci k pozvolnému ústupu. Bývá malé, maximálně střední intenzity. Pro tlumení bolesti spojené s nekomplikovaným pooperačním hojením jsou dostačující běžně dostupné léky proti bolesti ve standardním dávkování, které je vždy uvedeno v příbalovém letáku.

■ V pooperačním období je vhodné spíše dodržovat klidový režim, aby nebylo ohroženo hojení operačních ran. Příliš dlouhé znehybnění ruky a prstů však samo o sobě může vést k omezení hybnosti prstů a zhoršení funkce ruky. Proto je doporučováno a vždy po domluvě s Vaším ošetřujícím lékařem relativně časně po operaci začít prsty a ruku alespoň omezeně procvičovat. Pokud se rány hojí dobře a Váš ošetřující lékař s tím souhlasí, je možno již od 2.–4. pooperačního dne začít prsty aktivně rozcvičovat. Doporučuje se nejlépe 1× za hodinu pomalým pohybem zkusit sevřít druhý až pátý prst do pěsti a poté natáhnout až do pozice, kterou Vám doporučí lékař, nikoli však do úplného natažení. Zápěstí ponechte během cvičení v rovné/neutrální poloze. Tento pohyb opakujte cca 10× každou celou hodinu. Při natahování prstů je vhodné druhou rukou mírně přitlačit obvaz do dlaně. Dlaň má totiž miskovitý tvar a při přílišném protažení prstů by mohlo dojít k odtržení kožních laloků od spodiny rány a následně k ohrožení hojení rány. Nemá také smysl cvičit příliš často, operovaná ruka nemá být přetěžována. Po rozsáhlejších výkonech a po operacích pokročilých forem

Dupuytrenovy kontraktury je nutno docházet na rehabilitaci na specializované pracoviště. O potřebě této specializované péče rozhodne Váš ošetřující lékař. Součástí komplexní rehabilitační péče může být i dlahování prstů speciálními dlahami a ortézami.

■ Během následujících 2–3 týdnů dbejte o to, aby nedošlo ke kontaktu Vaší operační rány s vodou. Znečištěný nebo promočený obvaz je nutno vyměnit. Obvaz a ránu tedy udržujte v čistotě. Snížíte tak riziko infekčních komplikací. Stehy se obvykle odstraňují po 2–3 týdnech od operace. Doba dočasné pracovní neschopnosti po této operaci může být v závislosti na rozsahu operace a druhu a namáhavosti vykonávané práce 6 až 12 týdnů.

■ Zhojenou jizvu je vhodné promašťovat mastným krémem. Lze použít jakýkoliv mastný krém, optimálně s co nejjednodušším složením, abychom zabránili případné alergizaci. Lze také použít masti s příměsí silikonu, které by měly snižovat riziko vzniku hypertrofických jizev.

■ Působení trvalého tlaku zabraňuje hypertrofickému hojení a urychluje vyvrávání jizev. Cca za 2 týdny po odstranění stehů proto doporučujeme začít provádět tlakové masáže. Ty se provádí tak, že tlačíte bříškem prstu na jizvu proti podkladu takovou silou, aby se nehtové lůžko odkrivilo a tlak ponecháte působit cca 30 sekund. Poté povolíte a prst přesunete na vedlejší část jizvy a celý postup opakujete. Přes jizvu tedy prstem nepřejíždíte, pouze tlačíte. Tímto způsobem promasírujete celou jizvu. Tlakové masáže provádějte alespoň 5× denně po dobu 10 minut. Čím častěji, tím lépe. Viditelný efekt lze očekávat nejdříve za 1–2 měsíce. U starších nebo rozsáhlých jizev se výsledek může dostavit i později.

■ V případě zhoršení bolestí, zvětšení otoku ruky nebo prstů, zvýšení tělesné teploty nebo při prosakujícím obvazu doporučujeme kontrolu lékařem dříve než bylo domluveno. V takovém případě využijte v pracovní době naši ambulanci, v mimo-pracovní době (od 15:30 do 07:00) oddělení urgentní medicíny – Pohotovost-Emergency naší nemocnice.