



**Δρ. Χρήστος Κ. Γιαννακόπουλος**

Ορθοπαιδικός Χειρουργός, Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών

---

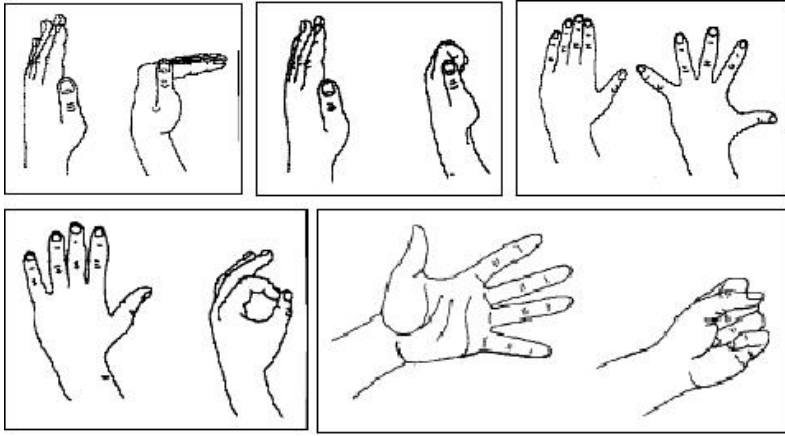
Πύργος Αθηνών, Κτίριο Γ', 2<sup>ος</sup> όροφος, Λεωφ. Μεσογείων 2-4, Αθήνα 115 27

**Τηλ.:** 210 7712792 | **Κινητό:** 697 20 999 11 | **E-mail:** cky@orthosurgery.gr

## Μετεγχειρητικές Οδηγίες: Σύνδρομο Καρπιαίου Σωλήνα

1. Κατά τη επέμβαση πραγματοποιήθηκε διατομή του εγκαρσίου συνδέσμου του καρπού με σκοπό την αποσυμπίεση και την απελευθέρωση του συμπιεσμένου και παγιδευμένου μέσου νεύρου.
2. Η επίδεση περιλαμβάνει τις γάζες που έρχονται σε άμεση επαφή με το τραύμα, ένα επίδεσμο από βαμβάκι και ένα ελαστικό επίδεσμο. Η μετεγχειρητική επίδεση δεν θα πρέπει να είναι ιδιαίτερα σφιχτή προκειμένου να μην διακόπτεται η κυκλοφορία στα δάκτυλα.
3. Το χειρουργικό τραύμα θα πρέπει να αλλαχθεί 3-4 από την επέμβαση όποτε και θα αφαιρεθεί η αρχική επίδεση και θα τοποθετηθεί αυτοκόλλητη γάζα στο τραύμα. Θα ακολουθήσει μία ακόμα αλλαγή 1 εβδομάδα αργότερα, ενώ τα ράμματα θα αφαιρεθούν 15 ημέρες μετά τη επέμβαση.
4. Τα στάδια επούλωσης του χειρουργικού τραύματος είναι τα παρακάτω:
  - Ημέρα 1-5: στάδιο φλεγμονής, ήπιο οίδημα και ερυθρότητα, ελάχιστος πόνος, ήπια έκκριση
  - Ημέρα 5-14: δημιουργία ουλής, αρχή κάλυψης του τραύματος
  - Ημέρα 14- : ενίσχυση και επιπέδωση της ουλής
5. Είναι φυσιολογικό να παρουσιάζονται:
  - Ήπιος κνησμός στο τραύμα
  - Ήπιο οίδημα και εκχύμωση
  - Αίσθημα πίεσης ή έλξης
6. Μπορείτε να αρχίσετε τη συνήθη διατροφή όταν φθάσετε στο σπίτι σας εκτός εάν δοθούν αντίθετες οδηγίες.
7. Μπορείτε την επομένη της επέμβασης να παίρνετε τα φάρμακά σας κανονικά.
8. Ως αναλγητικό φάρμακο συνιστάται η λήψη χαπιών Deron Maximum μέχρι 3 την ημέρα.
9. Η μετεγχειρητική ανάνηψη διαρκεί λίγες ημέρες κατά τη διάρκεια των οποίων θα πρέπει να ακολουθούνται ευλαβικά οι οδηγίες του Χειρουργού. Είναι φυσιολογικό να αισθάνεστε ήπια αδυναμία ή ναυτία, ήπια ανορεξία ή ελαφρύ πόνο ο οποίος αντιμετωπίζεται όμως με ήπια αναλγητικά. Τα συμπτώματα αυτά υποχωρούν σύντομα μετά την επέμβαση.
10. Το κάπνισμα ακόμα και εάν ή δύο τσιγάρα μπορεί να επηρεάσει την επούλωση και αυξάνει την πιθανότητα επιπλοκών. Συνιστάται αποχή από το κάπνισμα διάρκειας ενός μηνός.
11. Ήπια αιμορραγία από το τραύμα και οίδημα του χεριού είναι συνήθη και καλοήθη συμβάματα. Εάν η αιμορραγία συνεχίζει ή το οίδημα αυξάνει συνιστάται ο έλεγχος του χεριού από τον χειρουργό.
12. Πολύ σπάνια είναι δυνατό να εμφανιστεί κάποιο πρόβλημα. Ανησυχητικά συμπτώματα ή σημεία είναι τα παρακάτω:
  - θερμοκρασία άνω των 38ο C
  - δυσκολία στην ούρηση
  - δυσκοιλιότητα άνω των 3 ημερών
  - πόνος που επιμένει παρά την λήψη αναλγητικών
  - επίμονη ναυτία και εμετός

- αιμορραγία από το τραύμα
  - ερυθρότητα και πόνο στη χειρουργική τομή
  - άλλα ασυνήθη συμπτώματα ή επιμένοντα ενοχλήματα
13. Σημεία διαταραχής της κυκλοφορίας του αίματος είναι τα παρακάτω:
- Αναισθησία και οίδημα που επιμένει σε ολόκληρο το άκρο
  - Έντονος πόνος που δεν υποχωρεί με τα φάρμακα, τον πάγο ή την ανύψωση του σκέλους
  - Έντονο άσπρο ή βαθύ μπλε χρώμα στα νύχια
  - Αιμωδίες ή σημαντική ψυχρότητα του άκρου
14. Κατά τις πρώτες ημέρες το χέρι θα πρέπει να έχει ανυψωθεί πάνω από το επίπεδο της καρδιάς είτε με την χρήση ανάρτησης είτε τοποθετώντας το σε δύο μαξιλάρια ακόμα και το βράδυ όταν κοιμάστε. Η ανύψωση έχει ως σκοπό την μείωση του μετεγχειρητικού οιδήματος.
15. Εάν παρουσιαστεί σημαντικού βαθμού οίδημα στο χέρι με αποτέλεσμα την εμφάνιση πόνου ιδίως όταν το χέρι δεν κινείται είναι πιθανό να πιέζεται το χέρι. Σε αυτή την περίπτωση θα πρέπει να αφαιρεθεί η εξωτερική ελαστική επίδεση ή να γίνει πλήρης αλλαγή.
16. Δεν συνιστάται η παγοθεραπεία.
17. Η χρήση του χεριού επιτρέπεται μέχρι το όριο του πόνου ή την εμφάνιση οποιασδήποτε ενόχλησης. Η εμφάνιση μικρής δυσκαμψίας είναι πιθανή σε ασθενείς με χρόνιο πρόβλημα ή σε ασθενείς μεγάλης ηλικίας.
18. Δεν συνιστάται η άρση μεγάλου βάρους ή η εξάσκηση πίεση στην περιοχή της επέμβασης.
19. Λίγοι σχετικά ασθενείς έχουν ανάγκη μετεγχειρητικής φυσικοθεραπείας προκειμένου να αποκατασταθεί η λειτουργία του χεριού τους.
20. Μην αφαιρείτε την επίδεση και διατηρείτε τη στεγνή και καθαρή. Εάν η επίδεση βραχεί θα πρέπει να αλλαχθεί άμεσα.
21. Μπορείτε να κάνετε ντους με το χέρι όμως καλυμμένο με πλαστική σακούλα.
22. Εάν έχει τοποθετηθεί νάρθηκας κρατήστε τον μέχρι να αφαιρεθούν τα ράμματα.
23. Τα ράμματα αφαιρούνται μετά από 15 ημέρες και στη συνέχεια επιτρέπεται να βραχεί το χέρι. Κολύμβηση σε πισίνα, στη θάλασσα ή σε ζεστό νερό δεν επιτρέπεται για τον πρώτο μήνα μετά την επέμβαση.
24. Μετά την αφαίρεση των ραμμάτων η μετεγχειρητική ουλή είναι δυνατό να παρουσιάζει μικρή ευαισθησία και αυτό συμβαίνει μέχρι να ωριμάσει. Σε αυτή την περίπτωση συνιστάται η επάλειψη 2-3 φορές την ημέρα με υδατική κρέμα ή προτιμότερα με κρέμα Βιταμίνης Α και Ε προκειμένου να μειωθεί η ευαισθησία και η πάχυνση της ουλής.
25. Οι παρακάτω ασκήσεις θα πρέπει να πραγματοποιούνται τουλάχιστον 3 φορές την ημέρα αρχίζοντας από την ημέρα της επέμβασης:
- Κάμψη και έκταση των δακτύλων
  - Προσαγωγή και απαγωγή των δακτύλων
  - Κάμψη και έκταση του αγκώνα και του ώμου



26. Δεν επιτρέπεται η κάμψη (λύγισμα) του καρπού για 3 εβδομάδες

27. Μην οδηγείτε τις πρώτες ημέρες από την επέμβαση ιδίως εάν διατηρείται η μετεγχειρητική επίδεση. Η οδήγηση είναι δυνατή συνήθως μετά την πρώτη αλλαγή 5-7 ημέρες από την επέμβαση.

28. Η επιστροφή στην εργασία εξαρτάται από το είδος της απασχόλησης και θα αποφασιστεί από κοινού με τον Χειρουργό.