



## Nachbehandlung nach einer Operation am Karpaltunnel

### Operationstag

Lagern Sie die betroffene Hand nach der Operation konsequent hoch. Unterpolstern Sie die Hand hierfür z.B. mit einem Kissen auf der Armlehne Ihres Sofas oder Sessels.

Die Finger dürfen Sie frei bewegen, diese Bewegung ist gewünscht und unterstützt den Abbau einer Schwellung durch das Lymphsystem.

Eine erste Wundkontrolle sollte am Tag nach der Operation in unserer Sprechstunde oder bei Ihrer Hausärztin / Ihrem Hausarzt erfolgen. Dies sprechen wir nach der Operation mit Ihnen ab.

#### Jörg Scharrenbroich

Facharzt für Chirurgie  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie  
Spezielle Unfallchirurgie  
Fußchirurgie, Chirotherapie  
D-Arzt der Berufsgenossenschaften

#### Dr. med. Simon Peiffer

Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie  
Spezielle Unfallchirurgie  
Fußchirurgie, Chirotherapie  
Akupunktur, Ernährungsmedizin  
D-Arzt der Berufsgenossenschaften

#### Natalia Gett

Fachärztin für Anästhesie

#### Dr. med. Ruth Frölich

Fachärztin für Chirurgie  
Proktologie, Chirotherapie  
Palliativmedizin, Rettungsmedizin

#### Simone Kappenberg

Assistenzärztin in Weiterbildung  
zur Fachärztin für Allgemeinmedizin

### Woche 1

Ihr Handgelenk wurde nach der Operation mit einer Schiene ruhiggestellt. Diese dient der Wundheilung und Schmerzlinderung. Im normalen Heilungsverlauf sollte die Schiene nach 5-7 Tagen entfernt werden. Dies kann nach Absprache mit uns oder Ihrer Hausärztin / Ihrem Hausarzt auch von Ihnen selbst vorgenommen werden.

Nach Entfernung der Schiene reicht ein Pflaster zur Wundabdeckung aus. Jetzt können Sie auch mit dem Pflaster auf der Wunde duschen gehen. Entfernen Sie das Pflaster nach dem Duschen, lassen Sie die Wunde an der Luft trocknen und decken sie danach mit einem frischen Pflaster ab.

### Woche 2

Nach 12 bis 14 Tagen sollte das Nahtmaterial durch uns oder Ihre Hausärztin / Ihren Hausarzt entfernt werden. Sie dürfen Ihr Handgelenk und die Finger frei bewegen, sollten aber weiterhin darauf achten, die Hand hochzulegen, um Schwellungen zu vermeiden.

### Weitere Behandlung

Auf stärkere Belastungen Ihrer Hand sollten Sie in den ersten 4 Wochen nach der Operation verzichten, um Problemen wie Schmerzen, Schwellung oder zunehmendem Kribbeln vorzubeugen.

Ein Rückgang der Schmerzen ist relativ früh nach der Operation zu erwarten. Beschwerden wie Kribbeln, Missempfindungen oder Muskelschwund benötigen in der Regel mehrere Wochen, um sich zu normalisieren. Nicht immer wird eine vollständige Rückbildung dieser Symptome erreicht, vor allem wenn die Beschwerden schon lange Zeit bestanden. Eine erneute neurologische Messung des Medianus-Nervs ist bei bleibenden Beschwerden frühestens 3 Monate nach dem Eingriff sinnvoll.