

Wenn die Hände schmerzen – Oft kann hier ein kleiner Eingriff helfen

Schmerzende Hände oder Bewegungseinschränkungen an den Händen gehören zu den Erkrankungen, welche von den Betroffenen besonders unangenehm empfunden werden. Wer vor Schmerzen seine Hände nicht mehr zur täglichen Arbeit gebrauchen oder die Kaffeetassen nicht mehr zum Mund führen kann, der fühlt sich hilflos und zur Untätigkeit verdammt.

Medikamente helfen hierbei nur kurzfristig und lindern nur die Schmerzen – die Bewegungseinschränkungen bestehen aber weiterhin. Dabei könnte die moderne Handchirurgie den meisten Betroffenen helfen.



Wir möchten Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, verdeutlichen, wie mit der modernen Handchirurgie durch einen kleinen Eingriff ein erheblicher Zugewinn an Lebensqualität erzielt wird, welchen man mit einer konservativen oder medikamentösen Behandlung nie erreichen würde.

- Chronische Polyarthrit/Synovitis -

Viele Patienten, welche an Rheuma erkrankt sind, kennen die schmerzenden „Rheumaknoten“, die an den Fingern entstehen und jede Handbewegung zur Qual werden lassen.

Verursacht werden solche Schmerzen durch die krankhafte Wucherung der Gelenkinnenhaut (Synovia), welche soviel Raum in Anspruch nimmt, dass gesunde Strukturen von dieser verdrängt werden und somit eine schmerzhafte Schwellung verursacht wird. Eine Linderung der Schmerzen kann hier nur durch ein Abtragen der entzündlich veränderten Gelenkinnenhaut erzielt werden. Dies kann durch einen kleinen chirurgischen Eingriff erfolgen oder durch eine Bestrahlung des Gewebes, die so genannte Radiosynoviorthese. Durch diese wird die vermehrte Zellteilung verhindert und es führt somit zum Absterben des kranken Gewebes.

- Der Sehnenriss -

Ein Sehnenriss kann entstehen, wenn die Finger ruckartig über das normale Maß hinaus nach hinten gestreckt werden. Diese häufige Verletzung tritt bei Ballsportarten, besonders beim Volleyball auf. Je nach Art der Schwere des Abrisses wird konservativ behandelt (Schiene, Ruhstellung der Hand) oder die beiden Sehnenenden werden in einem kleinen chirurgischen Eingriff miteinander vernäht.

Motorisch-funktionelle Ergotherapie = Notwendigkeit?

Ein Beitrag von Ergo- und Handtherapeutin Dagmar Oumer (Therapeutin in Zusammenarbeit mit der Akademie für Handrehabilitation)

Ja! Ein Gang zum Ergotherapeuten/in ist notwendig beim Auftreten von Komplikationen verschiedener Art und um die motorische Funktionalität wiederherzustellen.

Wann spricht man von Komplikationen?

- ✓ Wenn sich nach Verletzungen und/oder Operationen das betroffene Gebiet entzündet
- ✓ Wenn Narben und Knochenbrüche nicht gut verheilen
- ✓ Wenn Sehnennähte reißen
- ✓ Wenn durch zu eng anliegende Schienen/Gipsverbände Nerven komprimiert werden
- ✓ Wenn Schwellungen, Schmerzen und Bewegungseinschränkungen über den zeitlichen Rahmen hinausgehen

Welches Krankheitsbild muss besonders hervorgehoben werden?

- ✓ Ganz besonders ist hier der M. Sudeck (auch CRPS 2 Syndrom) zu nennen. Diese Wundheilungsstörung kann bei mangelhafter Behandlung bis zur Versteifung des Handgelenkes und der Finger führen.

Kann dem vorgebeugt werden?

- ✓ Ja, wenn der Patient nach der Versorgung seiner Verletzung richtig angeleitet wird, wird er positiv auf die Zirkulation des Blutes und der Lymphe einwirken und somit Schwellung und Schmerzen reduzieren. Damit durchbricht er den Teufelskreislauf von Schmerz – Immobilisierung – Schwellung – Schmerz ...

Kann die Ergotherapie einem Patienten helfen, bei dem diese Krankheit schon ausgebrochen ist?

- ✓ Ja, natürlich! Richtige Instruktionen sind nie zu spät. Außerdem wird eine erfahrene Therapeutin gemeinsam mit dem Patienten noch viel an Bewegungsfähigkeit erreichen. Allerdings ist eine frühzeitige Behandlung immer von Vorteil.

Kann auch Einfluss auf die Heilung von Narben genommen werden?

- ✓ Ja, zum Beispiel durch eine adäquate Narbenmassage und eine hochwertige Narbencreme.

Wie stabil sind Sehnennähte?

- ✓ Sehr stabil. Aber es gibt im Laufe des Heilungsprozesses auch Phasen, in denen Sehnennähte weniger stabil sind. Darüber, und welche Bewegungen gefährlich sein können, muss der Patient ausführlich informiert werden.

Was ist zu tun, wenn der Gips drückt?

- ✓ Auf jeden Fall zum Arzt gehen und sich nicht abwimmeln lassen!

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt! Eine Anschlussbehandlung hilft, Ihre Lebensqualität zu verbessern. Gern beantworte ich Ihre persönlichen Fragen bei einem Info-Abend



in meiner Praxis für Ergotherapie & Handrehabilitation.

Termine jeden 1. Montag im Monat jeweils 18 Uhr.

Um telefonische Anmeldung unter

Tel. 0341 - 681 96 53 wird gebeten.

Kontakt:

Praxis für Ergotherapie & Handrehabilitation

Dagmar Oumer

Zweinaundorfer Str. 1
(Ecke Breite Str.)
04318 Leipzig

Tel. & Fax: 0341 - 681 96 53

Funktel.: 0152 - 051 665 93

E-Mail: ergotherapie-oumer@gmx.de

Internet: www.ergotherapie-oumer.de