

Ganglion pols 1

Patienteninformatie Hand- en polszorg

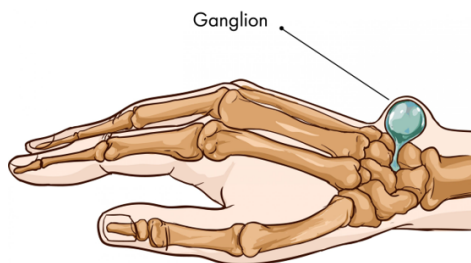
Ganglion pols

Inleiding

U wordt binnenkort in het Bravis Ziekenhuis geopereerd aan uw pols. In deze folder vindt u informatie over de aandoening, de operatie en de nabehandeling.

Polsganglion

Een polsganglion is een goedaardige zwelling aan de palm- of de rugzijde van de pols. Een ganglion ontstaat als het gewrichtsvocht een uitstulping maakt in het kapsel. Deze uitstulping raakt gevuld met dik, geleachtig vocht. Een ganglion kan in de loop van de tijd groter en kleiner zijn. De precieze oorzaak is vaak onbekend. Soms speelt overbelasting, instabiliteit of slijtage (artrose) van het gewricht een rol. U kunt klachten hebben zoals pijn, een zeurend gevoel of moeite met het bewegen van de pols.



Diagnose

Voor het stellen van de diagnose zijn uw klachten en het lichamelijk onderzoek vaak voldoende. Vaak worden ook röntgenfoto's gemaakt en soms ook een echo of MRI-scan.

Behandeling

Er bestaan verschillende behandelingen om de klachten te verminderen. Het is belangrijk om de voor- en nadelen van deze behandelingen te kennen. Zo kunt u afwegen welke behandeling uw voorkeur heeft; uw arts kan u hierbij helpen.

- Handtherapie: Stabiliserende oefeningen van het gewricht en eventueel een beschermende spalk kunnen de pols beschermen tegen overbelasting. Hiermee kan de pijn soms goed onder controle komen.
- Aspiratie: Soms wordt een poging gedaan het ganglion leeg te zuigen. Het effect hiervan is meestal erg beperkt.
- Operatie: Als handtherapie en aspiratie onvoldoende helpen of niet van toepassing voor u zijn, kan voor een operatieve behandeling gekozen worden.

Voor de operatie

- Gebruikt u bloedverdunners? Geef dit door op de polikliniek aan uw arts. Sommige bloedverdunners moet u (enkele dagen) voor de operatie staken.
- Draag geen sieraden aan uw hand.
- Gebruik vanaf de dag voor de operatie geen bodylotion of crème meer. Dit is belangrijk om het operatiegebied goed te kunnen desinfecteren om infecties te voorkomen.
- U kunt niet zelf autorijden of fietsen na de ingreep. Neem een begeleider mee naar het ziekenhuis.

De opname

Op de dag van de operatie meldt u zich:

- Op locatie Bergen op Zoom bij de receptie via de hoofdingang (route 75).
- Op locatie Roosendaal bij de receptie via de hoofdingang (route 100).

De medewerker vertelt u op welke verpleegafdeling u wordt opgenomen.

De operatie

Bij deze ingreep is een verdoving van de hele arm meestal voldoende. Over de zwelling wordt een incisie gemaakt. Hierna wordt het ganglion verwijderd samen met de verbinding naar de peeskoker of het gewricht. De huid wordt gehecht. Daarna krijgt u een drukverband of gips. U krijgt op de afdeling een mitella van de verpleegkundige. Laat hierin uw arm veilig rusten zo lang de armverdoving werkt.

Nabehandeling

- Direct na de operatie (of als de armverdoving is uitgewerkt) mag u de vingers gaan bewegen.
- Voor de pijn neemt u zonodig 4 keer per dag 2 tabletten van 500 mg paracetamol. Als dat onvoldoende is neemt u ook de medicatie die eventueel door uw handchirurg voorgeschreven is.
- Houdt uw hand de eerste 48 uur hoog.
- Het drukverband mag niet nat worden.
- 48 uur na de operatie haalt u het drukverband er af en mag de hand nat worden, maar alleen onder stromend water zoals de douche. Soms krijgt u een spalk bij de eerste controleafspraak. Dan krijgt u na de operatie de instructie het verband tot aan de afspraak te laten zitten.
- Heeft u gips na de operatie gekregen? Laat dit zitten tot de eerste controleafspraak.
- 48 uur na de operatie start u met oefenen (zie folder vingeroefeningen). Het is belangrijk dat u al vroeg begint met oefenen. Hierdoor worden verklevingen door littekenweefsel voorkomen.
- De eerste 2 weken mag u niet zwaarder belasten dan het gewicht van een kopje koffie.
- 1 tot 2 weken na de operatie heeft u een afspraak voor het verwijderen van de hechtingen en het beoordelen van het herstel.
- Autorijden mag weer wanneer u voldoende in staat bent veilig deel te nemen aan het verkeer met uw voertuig. U bent zelf verantwoordelijk voor deze inschatting.

Complicaties

Bij iedere ingreep bestaat de kans op complicaties. Bij deze operatie komt dit zelden voor. Mogelijke complicaties zijn: bloeding, wondinfectie, recidief, langdurige zwelling, stijfheid van hand en vingers, schade aan zenuwen en/of bloedvaten. Dit laatste kan ervoor zorgen dat het gevoel in een deel van de pols blijvend verminderd is of dat het litteken gevoelig blijft. Na een operatie van de hand kunnen er onbegrepen klachten ontstaan die niet direct te maken hebben met de operatie. Deze klachten zijn roodheid, zwelling, een glanzende huid, stijfheid en pijn. Ook kunt u gevoeliger worden voor kou. Deze klachten komen slechts heel weinig voor en zijn vaak tijdelijk.

Wanneer moet u de arts waarschuwen?

U moet eerder contact opnemen met de arts als u koorts krijgt en de hand rood, dik en pijnlijk wordt.

Contact

Gebruikt u de BeterDichtbij app en is uw vraag niet dringend? Stel dan uw vraag via de BeterDichtbij app.

De polikliniek orthopedie is te bereiken op telefoonnummer 088-70 68 537.

Kijk op de website voor de actuele bereikbaarheid van de polikliniek. [Orthopedie - Bravis](#)

De polikliniek plastische chirurgie is te bereiken op telefoonnummer 088 - 70 68 402.

Kijk op de website voor de actuele bereikbaarheid van de polikliniek. [Plastische chirurgie - Bravis](#) | [Bravis](#).

Buiten kantooruren kunt u bij problemen tot 1 week na uw ontslag de spoedeisende hulp bellen:

Bravis ziekenhuis locatie Roosendaal: 088 - 70 68 889.

Bravis ziekenhuis locatie Bergen op Zoom: 088 - 70 67 302 .

Vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen? Stel deze dan gerust aan de betreffende hulpverlener.