

Triggerfinger

Triggerfinger är en åkomma som orsakar en ofta smärtsam låsning i ett eller flera fingrar. Triggerfinger uppstår när ett fingers böjsenor fastnar i senskidan och orsakar låsningar och knäppningar. Det drabbade fingret fastnar i ett böjt eller sträckt läge. En förträngning har uppstått i senskidan som gör att senan inte kan glida fritt.

Sker låsningen upprepade gånger ökar irritation och svullnad i senan. En inflammation uppstår. Det blir för trångt för senan att kunna glida fritt vid rörelse. Ofta kan du känna en liten knöl i handflatan där förträngningen sitter. Första symtomen kan vara ömhet över senskidan i handflatan i nivå med knogen. Tummen, ringfingret och långfingret är de mest vanligt drabbade fingrarna.

Orsaker

Vad som orsakar inflammationen kring senan och senskidan är fortfarande oklart. Besvär kan uppstå efter tillfällig överansträngning. Senskidan ligger tätt an mot senan och svullnad och förtjockning av senan kan medföra att det blir för trångt inne i kanalen. Även reumatiska förändringar kan medföra ett låsningsfenomen av senan.

Alla kan drabbas men det är vanligare att personer med diabetes eller reumatisk sjukdom får triggerfinger. Även små barn kan få låsningsfenomen och oftast med en triggertumme. Vårdnadshavare söker vård när barnet inte kan sträcka tummen fullt ut.

Symtom

Typiska symtom är att triggerfingret låser sig i böjt läge och att det smärtar och knäpper till i handflatan vid rörelser av fingret.

Diagnos

Diagnosen ställs när läkaren lyssnat på din sjukhistoria och gjort några undersökningar. En typisk knäppning känns över senskidan i handflatan vid böjning och sträckning av fingret.

Behandling

Om besvären beror på överansträngning kan vila hjälpa. Även antiinflammatoriska läkemedel i kombination med vila kan vara hjälpsamt. Ibland blir det aktuellt med injektion av kortison i området.

Om ovanstående åtgärder inte hjälper så kan det bli aktuellt med operation. Det är ett enkelt ingrepp som oftast hjälper. Man delar på senskidan mitt på den förtjockade delen vid knogen i handflatan. På så sätt får senan större plats och kan glida fritt. Operationen görs i lokalbedövning och i så kallat blodtomt fält. Det betyder att blodflödet i armen stängs av med hjälp av en gummilinda för att handens strukturer ska bli mer synliga.

Efter operationen läggs såret om med ett mjukt förband. Stygnen ska tas bort 14 dagar efter operationen. Efter några dagar kan ett mindre förband ersätta det ursprungliga så att rörligheten av fingret och handen ökar.

Efter operationen

Det är vanligt att fingrarna svullnar efter en handoperation. Bästa sättet att motverka och minska svullnaden samt stimulera till läkning och rörlighet är att:

- Hålla handen i härthöjd eller högläge när du inte använder handen.
- Göra övningen "armar uppåt sträck" regelbundet.
- Använda handen så mycket som förbandet tillåter men undvika tunga lyft.

Smärta i operationsområdet kan förekomma under några dagar. Vid behov kan du ta en värktablett för att lindra. Det brukar räcka med läkemedel med paracetamol.

Du bör kontakta ortopedmottagningen:

- om bandaget skaver eller känns för trångt
- om du får feber
- om du har kraftig eller långvarig värk eller svullnad som inte går tillbaka.

Förbandet ska hållas torrt och rent under läkningstiden. Tänk på att täcka förband vid duschning så att det inte blir blött.

Sjukskrivning

Sjukskrivningens längd beror på de krav som arbetet ställer på handen. Vanlig sjukskrivningstid är 2 veckor men har man ett manuellt lätt arbete kan man ibland börja arbeta tidigare.

Återbesök

I vanliga fall behövs inget återbesök till ortopedmottagningen. Stygnen tas bort på hälsocentralen eller sjukstugan 14 dagar efter operationen. Tag kontakt redan dagen efter operationen för att boka tid för detta.

Efter att stygnen tagits bort behövs vanligtvis inget förband. Du kan tvätta handen med tvål och vatten som vanligt. Håll huden torr och ren och smörj handen med fuktighetsbevarande och mjukgörande kräm. Äret kan under de första veckorna vara rodnat, lite hårt och glansigt samt kännas obehagligt. Detta avtar successivt med tiden.