



## Nachsorgeinformationen bei einer Nervenfreilegung am Arm

### Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bei Ihnen soll demnächst eine Nervenfreilegung im Bereich des Armes (Handgelenk/ Ellbogen) durchgeführt werden. Mit den nachfolgenden Hinweisen wollen wir Ihnen helfen, in der Zeit unmittelbar nach der Operation besser zurechtzukommen und Komplikationen zu vermeiden.

- Der Verband sollte am 1. Tag nach der Operation gewechselt werden, dann alle 3 Tage bis zum Entfernen des Nahtmaterials (um den 10.–14. Tag nach der Operation).
- Die Wunde sollte immer trocken gehalten werden, ein Kontakt mit Feuchtigkeit oder ein Aufweichen der Wunde ist unbedingt zu vermeiden. Nutzen Sie ggf. die Hilfestellung durch Familienangehörige oder andere nahestehende Personen, um ein Befeuchten der Wunde zu vermeiden.
- Aufgequollene, weißlich aussehende Wundränder sollten Sie dazu veranlassen, umgehend Kontakt mit Ihrem Operateur oder unserer Praxis aufzunehmen.
- Leichte Greifbewegungen der Hand und der Finger sind direkt nach der Operation erlaubt. Das Heben und Tragen von Lasten über 2–3 kg ist während der ersten 2 Wochen nach dem Eingriff verboten.
- Vermeiden Sie stark auslenkende Bewegungen des Handgelenks (beim Carpal-Tunnel) bzw. des Ellbogengelenks (beim Sulkus-Ulnaris-Syndrom), belassen Sie das Gelenk in entspannter Mittelstellung.
- Lagern Sie die Hand und den Arm möglichst oft hoch (ungefähr in Herzhöhe, mit Kissen unterpolstert).
- Es ist erlaubt, die OP-Stelle mit einem Eisbeutel oder einem Kühl-Pack zu kühlen. Achten Sie hierbei darauf, dass der Verband nicht nass wird und dass zwischen Kühlmittel und Haut immer eine dünne Stoffschicht vorhanden ist (Verband, Handtuch etc.)
- Auch nach Entfernung des Nahtmaterials gelten die o.g. Belastungseinschränkungen zunächst weiter, in der Regel kann 3 Wochen nach erfolgter Operation die Berufstätigkeit wieder aufgenommen werden.