

Jméno a příjmení pacienta:

Rodné číslo:

Zdravotní pojišťovna:

Dne provedena dekomprese n. medianus et revisi rami muscul.n.med. I.

Doporučení:

Obvyklá délka pracovní neschopnosti je 3 měsíce. Doma minimálně první týden udržovat končetinu ve zvýšené poloze (ruka výše než loket, loket výše než rameno), možno s přestávkami ledovat, nezatěžovat. V případě zhoršení bolestí, zvětšení otoku ruky nebo prstů, zvýšení tělesné teploty nebo při prosakujícím obvazu doporučujeme kontrolu na naší ambulanci dříve než bylo domluveno při Vašem propuštění.

Dále je nutno cca 1x za 1-2 hodiny procvičit pohyblivost prstů, pomalým pohybem zkusit sevřít druhý až pátý prst do pěsti a natáhnout do úplného natažení. Tento pohyb opakovat cca 10x. Pokud na plné sevření prstů do dlaně potřebujete menší počet pohybů, tak další cvičení již není nutné. Nemá smysl cvičit více, ruka nemá být přetěžována, pouze je nutno docílit obnovení plné pohyblivosti prstů.

U praktického lékaře doporučujeme zajistit vitaminoterapii, tedy aplikaci 1amp. **Milgamma inj. i.m.** 2x týdně, celkem 5 dávek. Preparát však není hrazen ze zdravotního pojištění. Do určité míry ho lze nahradit aplikací vit. B12 1mg inj. i.m. ve stejné frekvenci, celkem 5 dávek.

Kontrola na naší ambulanci k převazu dne:

Po zhojení jizvy promašťovat několikrát denně jakoukoliv mastí, chránit před mechanickou traumatizací a cca za 2 týdny po odstranění stehů je možno provádět tlakové masáže jizvy. Ty se provádějí tak, že na zhojenou ránu zatlačíme bříškem prstu proti podkladu tak, aby se nehtové lůžko odkrivilo, tlak ponecháme cca 30 sekund, poté povolíme, a prst přesuneme na vedlejší část jizvy a postup opakujeme. Přes jizvu tedy prstem nepřejíždíme, pouze tlačíme. Tímto způsobem promasírujeme celou jizvu. Masáž provádíme minimálně 3x denně po 10 minutách.