

Behandling av droppfinger

Årsaken til droppfinger er ofte et slag på oversiden av ytterleddet. Det skjer oftest når fingeren er i lett bøyd stilling under for eksempel ballspill, når man rer sengen eller dytter skjorta ned i bukselinningen. Dette er aktiviteter der ytterleddet blir presset i ytterligere bøyd stilling. Skaden fører til avrivning av senefestet for strekkesenen som er festet ytterst på fingeren. Konsekvensen er at man ikke kan strekke ytterleddet på fingeren, den henger bare og har derfor fått navnet droppfinger.



UKE 1-6

Du vil få tilpasset en skinne/ortose av ergoterapeut som skal holde ytterleddet i en lett overstrekt stilling, den skal være på konstant dag og natt i 6 uker.

Ortosen skal gi fri bevegelse til fingerens grunnledd og midtledd.

Det at ytterleddet holdes i ro i lett overstrekk gjør at senen gror og tilheles slik at du igjen kan strekke ytterleddet.

Blir fingeren våt etter bading/dusjing og du har behov for å ta av ortosen for å tørke må du være veldig forsiktig. Ytterleddet må ikke bøyes, la ligge på bordet når du ta av/på ortosen.

NB! Bøyes fingeren må du starte på nytt – nye 6 uker.

UKE 7-8

Gradvis avvikling av skinnen. Start med forsiktige aktive bevegelser. Knytt hånden og la den affiserte fingeren være med i grepet. Disse ukene skal du ta av skinnen to ganger daglig av to timer pr. gang.

UKE 8 – UKE 12

Vær uten ortose deler av dagen, men ta den på ved belastende aktiviteter og om natten.

ETTER UKE 12

Avslutt ortosebehandlingen. Nå skal senen være like sterk som før og tåle belastning.



trygghet når du trenger det mest