

## Drophand/ Radialisparese

Radialis er en forkortelse for nervus radialis, som er en nerve som går fra nakken nedover armen og ut i fingrene. Gjennom denne nerven går det både sensoriske og motoriske fibre.

Parese betyr delvis lammelse.

Lammelse av håndleddets og fingrenes strekkemuskler er vanligvis et resultat av trykkskade på radialisnerven på overarmen. Tilstanden forekommer også ved overarmsbrudd.



Parsen viser seg ved at håndleddet henger bøyd og tommelen ligger innslått i hånden. Dette har store konsekvenser for gripeeviden.

Prognosen er som regel god, parsen vil gradvis forsvinne i løpet av 2-3 måneder, men i noen tilfeller kan det ta opp mot ett år.

### Behandling

For å forebygge stivhet, spesielt i håndleddet, vil du få en ortose/skinne som vil stabilisere håndleddet og holde tommelen utstrakt. Når håndleddet er stabilt vil det være mulig å bruke fingrene. I tillegg til ortosen er det viktig å utføre enkle treningsøvelser, dette for å vedlikeholde bevegelsen i leddene og stimulere til muskelaktivitet og for å forhindre komplikasjoner grunnet inaktivitet i armen/hånden.

### Opptrening

Utfør disse øvelsene daglig, minst 10 ganger;

- Fold hendene og la den friske hånden trekke håndleddet, bevege håndleddet og løfte tommelen
- Hold håndflatene mot hverandre, strekk fingrene, løft tommelen
- Hold håndflatene mot hverandre, hvil albuen på bordet, den friske hånden vrir den andre slik at den blir liggende på håndryggen. Prøv også å få tommelen i bordet.
- Legg håndflaten på bordet, sprik med fingrene og samle de igjen.

*trygghet når du trenger det mest*