

Åtgärd/skada	Immob.tid	Immobiliserings-ställning	Aktiva rörelser utan belastning, antal veckor efter påbörjad behandling	Aktiva rörelser med belastning, antal veckor efter påbörjad behandling	Beräknad återgång till arbetet	Ortos	Kommentarer
Extensorsen-avskärning över DIP-led Lateral bandet "Droppfinger" Gäller vid konservativ behandling Efter operation, följ operatörens anvisningar.	6 v dygnet runt därefter avvecklingsschema. (För avvecklings-schema, se program för malletfinger enligt VGR).	Endast DIP-led. Immob i lätt hyperextenderat läge. OBS! Informera om rörelseuttag i pip-led under immobiliseringstid	Efter 6 veckor påbörjas avvecklings-schemat (VGR). Patienten får inget träningsprogram för dipled	12 veckor utan skena.	Pat kan återgå i arbete med välsittande skena om arbetet så tillåter. I annat fall sjukskrivning ca 6v.	Malletortos (Förslag ortos, se program VGR.)	OBS! Ortosen skall <u>inte</u> tas av under immob tid. Vid avslutad behandling efter 12 veckor kan ortosen användas nattetid om fingertoppen är mer böjd på kvällen än på morgonen. Om sträckdef ökar efter att ortosen tagits av ska den genast sättas på 2 v till dygnet runt. Sträckdefekt 15° accepteras. Vid äldre skada (mer än 3 mån) bör en sträckdefekt på 15-30° accepteras. Profundus senan är mycket stark. Flexion i dipled uppnås utan träningsprogram.

Extesorsen-avskärning över PIP-led Centrala bandet "Boutonnière" Färsk skada (konserv beh). Vid op. Följ läkarordination	Kons.beh: 4-5 v dygnet runt med ortos. Därefter fingerfjäder och nattortos 2-3 v. (se VGR riktlinjer)	Enbart PIP-led immob i 0°	Efter 6-7 v får aktiv extension i PIP-leden påbörjas. Upp till 12 v ska fjäder eller cirkulär ortos användas vid tyngre aktivitet	12 v utan ortos	6-10 v efter skada vid tyngre arbete med fungerande fingerfjäder eller skena.	Kons.beh: Cirkulär fingerortos runt pip-led med öppning lateralt, dygnet runt. Om inte cirkulär ortos kan användas kan fingervagga användas första veckan. Fingervagga används nattetid. Fingerfjäder med 3 punkts stöd. Om inte fingerfjäder kan användas kan cirkulär ortos användas och tas av för träning, aktiv flexion och passiv extension.	Träna DIP och MCP-flektion under immobilisering med ortos på. Ev kan en fingervagga användas nattetid samt mellan träningarna för att lufta fingret. Skadan skall helst behandlas inom första veckan
Åtgärd/skada	Immob.tid	Immobilings ställning	Aktiva rörelser/användade av handen utan belastning, antal veckor efter op.	Aktiva rörelser/användande av handen med belastning, antal veckor efter op	Beräknad återgång till arbetet	Ortoser	Kommentarer
Extensorsen-avskärning över MCP och handrygg.	4-5 v	Handled dorsalextenderad 30° och lätt ° flexion i mcp och pip-leder. (Se sid 135 Lundborg)	Efter 6 veckor tillåts full flexion i mcp. Hook ok efter 4 veckor.	6 v	8-10 v efter operation?	Ingen ortos ifall inget annat ordineras från läkare. Vid tidigare avgipsning än 4 veckor kan ortos behövas	
Extensorsenavskärning över handled.	4-5 v	Handled dorsalextenderad 30° och lätt ° flexion i mcp och pip-leder. (Se sid 135 Lundborg)				Ev handledsortos med volar skena vid avgipsning tidigare än 6 veckor.	

Sentransferering till extensorerna dig II-V	4-5 v	Handled ext. MCP-led flekterad i 20°. Varierar beroende på typ av sentransferering. Senan immob i avslappnat läge	4-5 v	6 v	8-10 v efter op	Ev volar ortos (som går nedanför mcp-leden) som förhindrar uttänjning av transf. sena enligt läkarordination.	Gips 14 dagar till hela fingrarna sen mob PIP + DIP. Träna samtidigt tidigare och ny muskelfunktion
Tenolys av extensorsenan (operativt lösgjort fastvuxen senvävnad)	24 timmar	I viloläge för senan	24 timmar efter op	2 v efter op	4 v efter op	I början viloortos (typ paddel), senare extensionsfjäder nattetid. Flex-drag efter 6 v.	Träna ca 6 gg/dag 10 rörelser. I början lite färre rörelser.
Extensor pollicis longus och brevis	4 v gips		4v	8 v efter skadan. Det tar 6 v innan skadan är läkt och 2 v innan musklerna är uppbyggda	6-10 v efter operation	Stel ortos i fyra veckor efter avgipsning då man inte får belasta fullt i tummen. Ta av för rörelseträning tre gånger per dag.	