

手术治疗

如果职能治疗后，手的情况改善不大，医生可能会建议您进行手术。

手术后，请记得：

- 保持伤口清洁干燥，按照指示更换您的纱布。
- 拆线后，根据建议护理您的疤痕。
- 必要时，按照指示来护理您的手部疼痛或肿痛。
- 依照指示进行手部运动。
- 调整日常活动习惯。
- 必要时，穿戴推荐的手夹板/手套。

B1C 诊所 (职能治疗诊所)

陈笃生医疗中心，B1 楼

联络热线：

6357 7000 (中央热线)



若想了解更多详情，请用智能手机

扫描以上的二维码，或浏览

<http://bit.ly/TTSHHealth-Library>

这些讯息对您有帮助吗？如果您对所阅读的内容有任何意见或疑问，请随时反馈至

patienteducation@ttsh.com.sg

职能治疗部门

德奎而万氏腱鞘炎

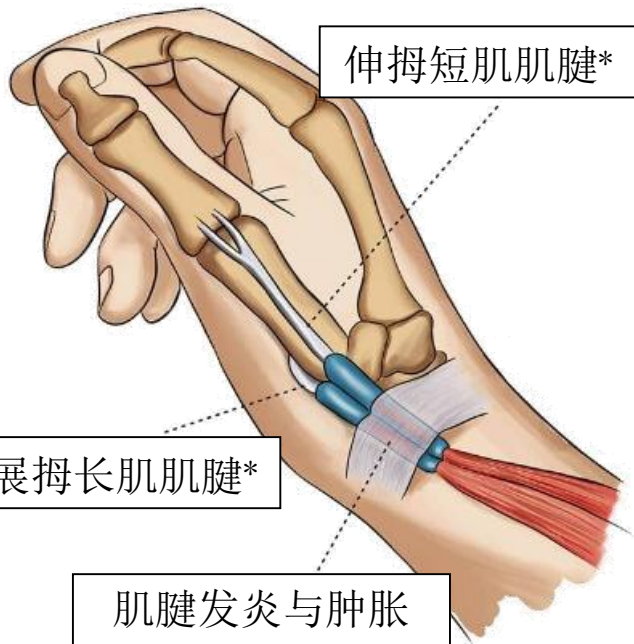


了解德奎而万氏腱鞘炎

德奎而万氏腱鞘炎是一种手腕里两个肌腱*内层发炎情况。

手腕里的肌腱分别位于手腕的侧面和拇指的底部。

症状包括疼痛和肿痛。



图片来自 <https://www.spoc-ortho.com/patient-resources/education/blog/dequervain%E2%80%99s-tenosynovitis>

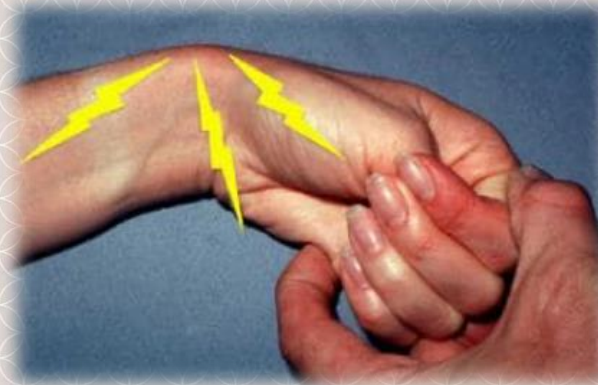
以上图片显示两条肌腱*内层发炎情况。

因素

- 手腕周围受伤或创伤,例如骨折。
- 手腕和拇指反复用力扭转或拉扯。
- 长时间和反复弯手腕和紧捏拇指。

体征和症状

- 手腕侧面和拇指底部有疼痛现象。重复同样的动作会恶化拇指与手腕的疼痛感。
- 靠近大拇指的手腕侧面偶尔显得比较突出。
- 受影响的部分会出现肿痛现象。



图片来自 <https://emedicine.medscape.com/article/1243387-clinical>

以上图片显示手腕的侧面和拇指的底部有疼痛的现象。

手部职能治疗

- **休息!** 避免进行会触发症状的活动。
- 按照指示穿戴推荐的手夹板/手套。
- 调整日常活动的习惯。
- 做职能治疗师所推荐的手部运动。
- 按照治疗师的指示,使用热疗和/或按摩。
- 学习如何自我管理, 避免德奎而万氏腱鞘炎复发。

您的积极参与和合作是
治疗成功的关键!

其它医疗法

- 您的医生会开消炎药物。
- 您的医生可能会为您注射皮质类固醇针来帮您消炎。