

Godkänt  
2023-11-06Giltigt t.o.m  
2026-11-06Versionsnummer  
2.0

Diarienummer

## Patientinformation triggerfinger

---

### Vad är Triggerfinger?

Ett inflammatoriskt tillstånd i en eller flera fingrars böjsenor och/eller senskidor .

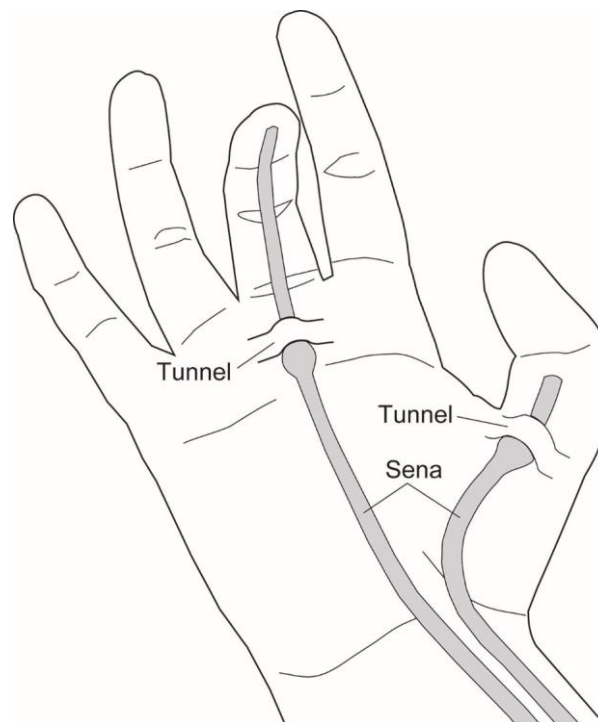


Bild från 1177 Region Skåne

### Vad är orsaken?

Inflammationer kring senor och/eller senskidor är en vanlig åkomma och brukar uppträda utan säker orsak. Triggerfinger kan uppkomma vid överbelastning av senan eller förekomma vid diabetes och reumatiska sjukdomar.

På grund av att senan är förtjockad av inflammationen blir det för trångt inne i senskidan, vilket leder till knäppningar och låsningar i fingret. Typiska symtom är att fingret låser sig i böjt läge och att det smärta i handflatan vid det drabbade fingret.

### Behandling

Besvären ska i första hand bedömas och behandlas medicinskt med kortisonspruta. Vid mildare symtom kan en ortos/skena alternativt mjuk slynga provas ut för att avlasta senan och om möjligt minska irritation och svullnad. Vilken typ av ortos/skena/slynga som blir aktuell för dig beslutar din arbetsterapeut efter bedömning av dina besvär.

## Ergonomiska råd

- Ha respekt för smärtan, anpassa aktivitetsnivå-pausa/vila. Använd avlastande ortos.
- Fördela belastningen och arbeta med båda händerna
- Undvik grepp och rörelser som framkallar upphakningar. Förstorade mjuka grepp på vardagliga föremål kan underlätta.
- Vid upphakningar i tummen, undvik upprepade alltför belastande tumrörelser genom att exempelvis använda verktyg med fjädrande skaft .

## Prognos

De flesta patienter med triggerfinger som behandlas med kortisoninjektion förbättras. När upprepade injektioner har misslyckats eller inte rekommenderas kan operativ åtgärd vara aktuell.

---

## Information om din ortos

Din ortos är tillverkad efter Din hand/finger eller tumme. Den ska kännas skön på handen och ej skava eller ge några tryckmärken.

### SYFTE

Avlasta böjsenan

Använd ortosen:  Dagtid \_\_\_\_\_

Använd ortosen:  Nattnat \_\_\_\_\_

Kontakta arbetsterapeuten om ortosen:

- skaver
- ger smärta
- handen svullnar

Efter en tid kan ortosen behöva justeras. Kontakta din arbetsterapeut om ni inte kommit överens om en ny tid för återbesök.

### SKÖTSELRÅD

Tvätta din ortos med diskborste och lite diskmedel i ljummet vatten eller så kan du tvätta i tvättmaskinen på 40 grader i en tvättpåse om den är mycket smutsig.

OBS! stäng kardborrebanden

Kontaktuppgifter arbetsterapeut på.....

Arbetsterapeut.....

Telefon.....

---