

Behandling af brækket overarm med armslynge



Du har fået en armslynge (fikseret mitella) på for at aflaste og støtte din brækkede overarm.

Her kan du læse, hvad du skal være særligt opmærksom på i den kommende tid.

Det kan du forvente

Det er normalt at opleve ubehag efter et brud, og det er individuelt, hvor stærke smerter man har. Hvis du har smerter, anbefaler vi, at du fast tager smertestillende medicin med paracetamol (fx Pamol, Panodil eller Pinex) eller ibuprofen (fx Ibuprofen eller Iprex) de første 2-3 dage.

Reager på symptomer

Du skal reagere, hvis du får ét eller flere af disse symptomer:

- Hånden bliver kold, bleg eller blålig.
- Fingrene føles sovende.
- Stærke smerter selvom du har taget den anbefalede dosis smertestillende medicin.

Hvis du oplever symptomer, skal du ringe til Ortopædkirurgisk Ambulatorium på 79 40 66 92.

Uden for åbningstiden skal du ringe til læge- og skadevagten på 70 11 07 07.

Pleje og hygiejne

Når du skal vaskes i armhulen, skal du få en anden til at hjælpe dig. Vi aftaler med dig, om du har behov for, at hjemmesygeplejen hjælper dig.

Sådan soignerer du armhulen

Åbn bandagen, der går bag om ryggen, og læn dig fremover, så der er plads til at vaske armhulen. Brug de udleverede vatpøller, så du ikke bliver hudløs under armen. Du kan skifte dem efter behov.

Ortopædkirurgisk Afdeling



Det er vigtigt, at armen får lov at hænge i slyngen, men når du ligger ned, skal du lægge en pude bag overarmen, så den ikke glider bagud.

Pleje og hygiejne

Når du skal vaskes i armhulen, skal du få en anden til at hjælpe dig. Vi aftaler med dig, om du har behov for, at hjemmesygeplejen hjælper dig.

Sådan soignerer du armhulen

Åbn bandagen, der går bag om ryggen, og læn dig fremover, så der er plads til at vaske armhulen. Brug de udleverede vatpøller, så du ikke bliver hudløs under armen. Du kan skifte dem efter behov.

Bevægelse og hvile

For at mindske hævelse anbefaler vi, at du flere gange om dagen laver pumpeøvelser ved skiftevis at knytte hånden og strække fingrene helt ud.

Det videre forløb

Når du kommer til kontrol med røntgen efter 7-10 dage, skifter vi din armslynge. Du mødes også med en fysioterapeut, som giver dit et program til genoptræning. Vi sender dig en indkaldelse. Den afsluttende kontrol ligger efter 6 uger.

Kontakt

Ortopædkirurgisk Afdeling
Beriderbakken 4
7100 Vejle
Ortopædkirurgisk Ambulatorium
79 40 66 92 (hverdag kl. 8.00-15.00)
Skadestuen
79 40 61 10