



# Handtherapie

## Patienteninformation



## Was ist das Ziel der Handtherapie?

Die Handtherapie behandelt Kinder, Jugendliche und Erwachsene, welche aufgrund einer Verletzung oder Erkrankung der Hand oder des Arms eingeschränkt sind. Sie hat zum Ziel, Schmerzen zu lindern und die Beweglichkeit sowie die Kraft der Hände zu verbessern. Die Handtherapie ermöglicht eine erfolgreiche Rückkehr zu den gewohnten Alltagsaktivitäten und fördert die Selbständigkeit und Teilhabe am Leben.

Die Handtherapie wird ärztlich verordnet und umfasst in der Regel 9 Therapieeinheiten, welche bei Bedarf verlängert werden können.

- Wundverbände
- Gelenkmobilisation
- Schienenherstellung
- Ödembehandlung
- Kraftaufbau
- Ergonomie
- Schmerzbehandlung
- Feinmotorik
- Hilfsmittelabklärung
- Wahrnehmungs-  
förderung
- Narbenbehandlung
- Beüben alltäglicher  
Fertigkeiten



## Wie verhalte ich mich nach der Operation an meiner Hand?

- Ruhigstellung** Nach einer Operation ist es oft erforderlich, die Hand für eine gewisse Zeit in einer Schiene / Gips ruhigzustellen. In dieser Zeit wird empfohlen, die nicht betroffenen Gelenke regelmässig zu bewegen.
- Hochlagern** Zur Reduktion einer Schwellung kann die Hand mehrmals täglich in erhöhter Position gelagert werden z.B. mit Kissen oder über die Sofalehne.
- Kühlen** Zur Reduktion von Schmerzen und Schwellungen kann die operierte Hand regelmässig mit einem kalten Linsensack oder Kühlpackung gekühlt werden.
- Wunde** Die Operationsstelle wird sauber und trocken gehalten, solange die Fäden noch nicht gezogen sind.



## Ich benötige eine Schiene. Wie funktioniert das?

Auf ärztliche Verordnung stellt die Handtherapie individuell angepasste Schienen aus thermoplastischem Material her. Die Schiene wird in regelmässigen Abständen auf ihren Sitz, unangenehme Reibungen und Druckstellen überprüft. In der Handtherapie lernen Sie wie die Schiene korrekt an- und ausziehen bzw. zu reinigen ist. Es werden Ihnen Instruktionen zur Tragedauer und zum Handeinsatz im Alltag gegeben.



## Welche Übungen sind für mich geeignet?

In der Handtherapie bekommen Sie ein individuell zusammengestelltes Heimprogramm. Je nach Heilungsphase sind dies Bewegungs- oder Kräftigungsübungen. Regelmässig wird die Belastbarkeit der Hand im Alltag besprochen.

Ergänzungen:

# Situationsplan



Folgen Sie uns auf Social Media



Spital Zofingen AG

Mühlethalstrasse 27, 4800 Zofingen

Telefon Ergotherapie +41 62 746 60 81

ergotherapie@spitalzofingen.ch, www.spitalzofingen.ch

**KSA**  
Spital  
Zofingen