AMELİYAT SONRASI HASTA KARTI

Karpal Tünel Serbestleştirilmesi

Median sinir üzerindeki baskıyı azaltmak için karpal tünel çatısının gevşetilmesidir.

Hastanede kalış	Genellikle aynı gün
Koruma	Kısa süreli pansuman
Yük / kullanım	Ağır kavrama erken kısıtlı
İlk kontrol	7–14 gün

Kısa Bilgilendirme

- Median sinir üzerindeki baskıyı azaltmak için karpal tünel çatısının gevşetilmesidir.
- Amaç ağrıyı azaltmak, sinir/tendon fonksiyonunu korumak ve el kullanımını iyileştirmektir.
- Parmak hareketlerine çoğu işlemde erken dönemde başlanır.
- Ağır kavrama ve yük verme, yara iyileşmesi ve cerrahi işleme göre kademeli artırılır.

Rehabilitasyon Özeti

Faz	Yük/Kullanım	ROM	Egzersiz
Faz 1 · 0–2 hafta	Ağır kavrama/yük yok	Parmak ROM erken; bilek ROM işleme göre	Ödem kontrolü, parmak aç-kapa, tendon glide
Faz 2 · 2–6 hafta	Hafif kullanım	ROM progresyonu	Skar mobilizasyonu, bilek/parmak kontrollü hareket
Faz 3 · 6–8 hafta	Hafif-orta direnç	Tam ROM hedefi	Kavrama/pinch/bilek güç
Faz 4 · 8–12 hafta+	Fonksiyonel yük	Tam ROM	İş/spor/ince motor progresyon

Not: Cerrahi teknik, eşlik eden tamir, kemik/tendon kalitesi ve cerrahın intraoperatif değerlendirmesi protokolü değiştirebilir.