

# Tetik Parmak Serbestleştirilmesi

Daralmış A1 pulley'nin açılmasıyla fleksör tendonun serbest kaymasının sağlanmasıdır.

|                                      |                          |
|--------------------------------------|--------------------------|
| Hastanede kalış<br>Aynı gün          | Koruma<br>Küçük pansuman |
| Yük/kullanım<br>Hafif kullanım erken | İlk kontrol<br>7-14 gün  |

## Ameliyat sonrası temel bilgiler

- Bu sayfada diz/ayak bileği egzersizi yoktur: rehabilitasyon yalnızca el-parmak odaklıdır.
- Parmağı uzun süre hareketsiz bırakmamak önemlidir.

## Yara bakımı

- Pansumanı kuru tutun.
- Yara akıntısı/kızarıklık/ateşte kontrol.

## Yük verme / koruma takvimi

İlk gün - Aktif parmak hareketi: Tam aç-kapa.  
1-2 hafta - Hafif günlük kullanım: Ağır kavrama yok.  
2-6 hafta - Kavrama kademeli: Yara hassasiyetine göre.

## Fizik tedavi / ev egzersizleri

İlk gün - Aktif fleksiyon-ekstansiyon: Parmağı tam açıp kapatın.  
İlk günler - Tendon kaydırma: Düz el, kanca, tam yumruk dizilimi.  
Yara kapanınca - Skar mobilizasyonu: Doktor/el terapisti önerisiyle.

## Kontroller

- 7-14 gün
- 4-6 hafta gerekirse

## Ne zaman yeniden değerlendirme gerekir?

Parmakta ilerleyen kızarıklık/şişlik, yara akıntısı, ateş, yeni duyu kaybı veya belirgin hareket kaybı.

## Kaynaklar

- AAOS OrthoInfo / güncel klinik kılavuzlar
- Green's Operative Hand Surgery, 8. baskı

Doç. Dr. Bülent KARSLIOĞLU  
Ortopedi ve Travmatoloji  
www.bulentkarslioglu.com

Bu belge genel bilgilendirme amaçlıdır; kişisel muayene ve tedavi planının yerine geçmez.