* **مراقبتهاای پس از آزادسازی مچ دست:**
* برای کنترل ادم ،دست خود را در حالت درازکش روی بالش قرار داده و هنگام راه رفتن آنرا آویزان نکنید.
* حرکت فعال انگشتان (خم و راست کردن) باعث بهبود جریانخون میشود.
* **اگر آتل یا باانداژ کشی دارید ،حس،حرکت و رنگ انگشتتان را مرتبا" چک کنید .**
* **اگر تحت عمل جراحی عصب دست قرار گرفته اید و علی رغم بالا قرار دادن دست دچار ادم و سفتی و قرمزی آرنج شدید به پزشک مراجعه کنید.**
* **مسکن و آنتی بیوتیک تجویز شده را طبق دستور پزشک مصرف نمایید.**
* **در صورت نیاز به حمام ،طوری حمام کنید که دست عمل شده خیس نشود و دست آویزان نباشد.**
* **در صورت داشتن ترشح بوی بد ،التهاب وقرمزی در ناحیه عمل حتما"به پزشک مراجعه نمایید.**
* **7-14 روز پس از ترخیص و در صورت نداشتن ترشح جهت کشیدن بخیه ها به پزشک مراجعه نمایید.**
* **در زمان مقرر به پزشک مراجعه نمایید.**