

## de Quervains senebetennelse

Dette er en seneskjedefbetennelse i strekkesenene til tommelen. Overbelastning er som regel årsaken. Behandlingen er avlastning, eventuelt kortisonsprøyter.

### Hva er de Quervains seneskjedefbetennelse?

de Quervains seneskjedefbetennelse (tenosynovitt) er en av de vanligste senebetennelsene i håndleddet. Tilstanden ble første gang beskrevet i 1895 av den sveitsiske legen Fritz de Quervain. Det er en seneskjedefbetennelse i strekkesenene på håndryggen på tommelsiden av hånden.

I en studie ble det funnet en forekomst på 2,8 tilfeller per 1000 personår hos kvinner, og 0,6 tilfeller per 1000 personår hos menn. Tilstanden er hyppigst etter 40 års alder, men den forekommer også i yngre aldersgrupper. Forekomsten av de Quervains seneskjedefbetennelse er noe økt i svangerskap og under amming.

### Årsaker

Omkring håndleddet finnes mange sener, senefester og seneskjeder som kan bli betent ved overbelastning, etter skader og som følge av lokal hevelse i vevet. de Quervains seneskjedefbetennelse skyldes at strekkesenene til tommelen kommer i klem i håndleddsregionen. Senen hovner opp og den glir dårligere inne i den trange seneskjeden som omgir senen. Dette utløser smerter ved bevegelse av tommelen.

Blant ammende mødre til spedbarn synes den underliggende årsak å være hormonell og forklares ved væskeopphopning i kroppen hos kvinnen. Forskerne mener dette er en mer sannsynlig årsak enn overbelastning som følge av mye løfting og bæring av spedbarnet.

de Quervains seneskjedefbetennelse forekommer også hos ikke-ammende kvinner samt hos menn og synes da å skyldes overbelastning.

### Symptomer

de Quervains seneskjedefbetennelse utvikler seg gjerne over uker og måneder med tiltakende smerter i håndleddsområdet på tommelsiden. Smertene merkes mest når du bruker tommelen. Du kan oppleve at det er vanskelig å bruke hånden til å gripe og klemme. Smerten kan stråle ut i tommelen, eller den kan stråle oppover til underarmen eller skulderen. I noen tilfeller er smerten så ille at du ikke klarer å bruke hånden.

de Quervains seneskjedefbetennelse rammer ofte begge håndledd. Legen kan ofte kjenne en fortykket sene. Ved tester som belaster de betente senene, utløses smerte. Bøyes tommelen inn mot håndflaten, og legen eller andre tøyser hånden mot lillefingersiden, utløses typisk smerter.

### Behandling

I de fleste tilfeller er de Quervains seneskjedefbetennelse selvbegrensende og går vanligvis tilbake når ammingen eller overbelastningen opphører. De behandlingsmessige mulighetene er avlastning, betennelsesdempende middel (NSAIDs), kortisonsprøyter, fysioterapi, eventuelt kirurgi.