



# Operation for diskusprolaps i nakken

- mikrokirurgi



## KÆRE PATIENT

Hensigten med denne pjece er at give dig grundig information om, hvad der skal ske før, under og efter din forestående operation for diskusprolaps i nakken. Det er derfor vigtigt, at du har læst de følgende sider, inden du møder til operationen.

Du bedes desuden læse pjecen *Vigtig information forud for din operation i fuld bedøvelse*.

### DISKUSPROLAPS

Mellem hver hvirvel i rygsøjlen ligger der en bruskskive – en såkaldt diskus. Denne består af en hård skal og en blød kerne. Hvis den hårde skal beskadiges enten ved overbelastning eller som konsekvens af den aldersbetingede og genetiske degeneration, kan en del af den bløde kerne trænge ud og forårsage tryk på ryggens nerver. Derved opstår der smerter i ryggen. Dette kaldes en diskusprolaps.

Ved en diskusprolaps i nakken er der tale om en udbuling af en af de bruskskiver, der sidder mellem nakkehvirvlerne. Diskusprolaps skyldes oftest slidgigt, som også kan medføre små knoglefremspring de steder, hvor der går nerver ud fra rygmarven. Dette kan give yderligere tryk på nerven. Formålet med en operation er at fjerne prolapsen og eventuelle knoglefremspring og eliminere de medfølgende smerter i arme og nakke.

### OPERATIONEN

Du indlægges på operationsdagen, og kan forvente at blive udskrevet i løbet af formiddagen den efterfølgende dag.

Operationen foregår under fuld bedøvelse gennem en åbning på højre side af halsen, så man kommer ind på forsiden af nakkehvirvelsøjlen, hvor man fjerner det meste af den bruskskive, hvor prolapsen og eventuelle slidgigtforandringer sidder.

Efter prolapsen er fjernet og dermed det meste af diskus, indsættes der en kunstig skive/ring i stedet for diskus. I ringen lægges enten lidt af dit eget knoglevæv eller alternativt lidt kunstig knogle, som fører til en sammenvoksning mellem de to hvirvler. Undertiden vælges at indsætte et knoglestykke fra hoftekammen, som eventuelt fastholdes med en lille skinne. Valget afhænger af, hvor

udtalte forandringer, især slidgigtforandringer, der er tale om.

### EFTERFORLØB

#### Behandling af smerter

Det er normalt at have smerter op til 1-2 uger efter operationen. Du vil få smertestillende medicin 3-4 gange i døgnet, i form af tabletter. Har du behov for yderligere smertestillende medicin - hvilket de fleste har de første dage efter en operation - er det vigtigt, at du lader os det vide. Det er vigtigt at være godt smertelindret, da for mange smerter vil hindre dig i bevægelse og træning.

Du får udleveret og gennemgået en liste over den medicin, vi anbefaler, at du tager efter operationen, og du aftaler med sygeplejersken, hvilken smertestillende medicin du skal have med hjem ved udskrivelsen.

#### Sårheling

For at hindre blodansamling er der ofte anlagt et dræn i operationssåret. Dette fjernes dagen efter operationen. Du kan herefter gå i brusebad. Du har en plasterforbinding på, der er vandtæt, men husk at skifte plaster, hvis det bliver vådt.

Plasteret må fjernes helt 2-3 dage efter operationen. Er såret herefter helt tørt og uden tegn på infektion, må du gå i brusebad uden plaster på såret.

Inden udskrivelsen taler du med en sygeplejerske om, hvorvidt der er tråde, der skal fjernes, eller om de opløser sig selv.

#### Genoptræning

Når du er blevet opereret for en diskusprolaps i nakken, påbegynder du genoptræning umiddelbart efter operationen. Vi tilstræber, at du et par timer efter operationen kommer op og går lidt rundt på stuen. Første gang

foregår det under vejledning af en sygeplejerske eller fysioterapeut.

Inden du udskrives, vil en erfaren fysioterapeut vejlede dig i øvelser og lægge en plan for den videre træning sammen med dig. Efter udskrivelsen bør du fortsætte med hjemmetræning i henhold til den instruktion, du har fået fra fysioterapeuten.

Det er vigtigt, at du lytter til din krop - får du smerter og bliver træt, skal du hvile. Du skal forvente en genoptræningsperiode på nogle måneder.

### **Løfte/bære**

Du må fra starten løfte lette ting, men først 3-4 uger efter operationen må du løfte mere end 5 kg.

Belastende arbejde som støvsugning, havearbejde og lignende kan genoptages, i det omfang du kan, uden at du får smerter i ryggen.

### **Sygemelding**

Du skal forvente at være sygemeldt mellem 3-6 uger alt efter dit erhverv. Dette aftales med din kirurg.

### **Motion**

Det er vigtigt, at du starter langsomt og lytter til din rygs signaler og undgår smerteproprovokation. Begynd med at gå nogle ture, hvor du undgår hårdt terræn og i øvrigt er opmærksom på at anvende stødabsorberende fodtøj.

Du må svømme, når såret er lægt, og eventuelle tråde er fjernet. Cykling kan genoptages, når dette ikke provokerer smerter i nakken.

### **Transport**

Du må køre med bus og tog i den udstrækning, du føler, din ryg kan klare. Du må køre bil 2-3 uger efter operationen. Se desuden pjecen Vigtig information forud for din operation i fuld bedøvelse.

### **Kontrol**

Du vil få tilbud om at komme til kontrol 2-3 måneder efter operationen. Dette aftaler du med den kirurg, der har opereret dig.

## **FORVENTNINGER OG KOMPLIKATIONER**

Succesraten for operation for diskusprolaps i nakken er høj - op mod 90 % - såfremt der er overensstemmelse mellem dine symptomer og fundene ved scanning og den indledende undersøgelse.

Komplikationer er sjældne, og lammelser forekommer hos mindre end 1 % af de opererede patienter. Risikoen er afhængig af din alder og øvrige almene sundhedstilstand.

Der er 5-10 % risiko for at få en ny diskusprolaps det samme sted inden for de første to år. Dette er et resultat af den fremadskridende degeneration i rygsøjlen og skyldes som udgangspunkt ikke det tidligere operationsindgreb.

Meget få patienter oplever komplikationer i form af blødning, betændelsestilstande i ryggen eller skader på nervevævet. Hvis man efter en operation oplever fortsat at have smerter, kalder man det ofte 'arvævssmerter'. Der er imidlertid aldrig ført bevis for, at arvæv i sig selv medfører smerte, så smerterne kan have andre årsager. Blandt andet kan de skyldes, at nerven har taget varig skade, fordi man har gået for længe med sin diskusprolaps.

### **Betændelse**

Det er vigtigt at holde øje med, om operationssåret heler, som det skal.

Du skal være opmærksom på følgende tegn på betændelse/infektion:

- Rødme
- Varme
- Tiltagende smerter
- Hævelse
- Evt. feber

Har du mistanke om betændelse, skal du kontakte os. Hvis du har brug for hjælp uden for hospitalets åbningstid, skal du kontakte egen læge eller vagtlægen, medmindre du har aftalt andet med din kirurg.

Hvis du bliver sat i behandling med antibiotika via egen læge eller vagtlæge pga. mistanke om infektion, må du meget gerne

informere os om det, da vi registrerer alle komplikationer for at holde øje med kvaliteten af vores behandling.

## **KONTAKT**

Er der noget, du er i tvivl om, eller har du yderligere spørgsmål, er du altid velkommen til at ringe til os.

Hellerup: 3977 7070

Odense: 6548 7070

Aarhus: 8612 1186

Skørping: 9839 2244

Viborg: 8725 0899

Telefontider:

Mandag-torsdag kl. 8.00-17.00

Fredag kl. 8.00-16.00

[info@capio.dk](mailto:info@capio.dk)

[www.capio.dk](http://www.capio.dk)



○ **Hellerup**  
Hans Bekkevolds Allé 2B  
2900 Hellerup  
Tlf.: 3977 7070

○ **Odense**  
Pantheonsgade 25  
5000 Odense C  
Tlf.: 6548 7070

○ **Aarhus**  
Margrethepladsen 3  
8000 Aarhus C  
Tlf.: 8612 1186

○ **MR Aarhus**  
Morten Børups Gade 8  
8000 Aarhus C  
Tlf.: 8612 1200

○ **Viborg**  
Stadion Allé 7  
8800 Viborg  
Tlf.: 8725 0899

○ **Skørping**  
Himmerlandsvej 36  
9520 Skørping  
Tlf.: 9839 2244

[info@capiro.dk](mailto:info@capiro.dk) • [capiro.dk](http://capiro.dk)

**Telefontider:**

Mandag-torsdag kl. 8.00-17.00

Fredag kl. 8.00-16.00

