



# Stivgørende operation i lænden

(instrumenteret lumbal dese)



**Capiro**

Del af Ramsay Santé

## KÆRE PATIENT

Hensigten med denne pjece er at give dig information om, hvad der skal ske før, under og efter din forestående operation - instrumenteret stivgørende operation i lænden. Det er derfor vigtigt, at du har læst denne information, inden du møder til operationen.

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

### ÅRSAG TIL SMERTERNE

Ledskred mellem to ryghvirvler eller forandringer i lænderyggen, som følge af alder eller slidgigt, kan give stærke ryg- og bensmerter. Formålet med at udføre en stivgørende, instrumenteret rygoperation er at nedsætte dine smerter og give dig et forbedret funktionsniveau.

### OPERATIONEN

Operationen foregår under fuld bedøvelse og varer typisk 1½-2 timer, hvis det drejer sig om et enkelt led, der skal stivgøres. Hvis det drejer sig om flere led, eller hvis der tidligere er opereret i samme område, kan operationstiden forlænges til 2½-3 timer, afhængig af forholdene.

Operationen foretages gennem ryggen, hvor der lægges et snit over lænden. Muskulaturen løsnes i begge sider, og der laves en åbning af nervekanalen, således at nerverne fritlægges og væv, som trykker på nerverne, kan fjernes. En del af lænderyggen stivgøres ved brug af skruer og stave fremstillet af titanium. For at styrke ryghvirvlerne suppleres der med et knogletransplantat, for at skabe en solid knogleheling svarende til det område, der er stivgjort. Dette knogletransplantat er enten fremstillet syntetisk eller tages fra det fjernede knoglevæv. Endvidere isættes hyppigt cage (klods) imellem hvirvellegemerne. Dette indeholder også knogletransplantat.

Når operationen er ved at være afsluttet, lægges der et dræn, som leder væske og blod fra såret. Drænet fjernes dagen efter operationen.

### UDSKRIVELSE OG SYGEMELDING

Du indlægges på operationsdagen og alt efter, hvor godt du har det, udskrives du 1-2 dage efter operationen.

Du skal forvente at være sygemeldt fra 14 dage til 3 måneder, alt efter dit erhverv.

### EFTERFORLØB

#### Behandling af smerter

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.

#### Blodfortyndende medicin

Under indlæggelsen vil du dagligt få blodfortyndende medicin i form af en indsprøjtning. Det skal forebygge, at der udvikles blodpropper i dine ben. Såfremt du skal fortsætte med indsprøjtningerne efter udskrivelsen, bliver du instrueret i at bruge sprøjterne, eller du kan få en anden til at give dig dem. Hvis det ikke er muligt, kan vi bestille en hjemmesygeplejerske.

#### 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**

Du påbegynder din 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 anbefaler vi, at du følger den genoptræningsplan, 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 op til et halvt år.

### **Løfte/bære**

Du må fra starten løfte lette ting, men først seks uger efter operationen må du løfte mere end 5 kg. Du bør derfor heller ikke udføre tungt arbejde som f.eks. støvsugning, hækklipning, græsslåning, bilvask, sengeredning osv.

### **Motion**

De første tre måneder bør du træne de øvelser, du er blevet instrueret i af fysioterapeuten. Herefter kan du begynde at lave øvelser, hvor du bevæger og bøjer ryggen.

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

- Du må svømme efter tre uger, når såret er lægt, og eventuelle tråde er fjernet
- Efter seks uger kan du træne på kondicykel, og går det godt, kan du begynde at cykle udendørs
- Du bør tidligst begynde at løbe seks måneder efter operationen
- Du bør vente til efter et år med ridning og kontaktsport - dvs. sport, hvor der er

en modspiller - eksempelvis fodbold og håndbold

- Seks måneder efter operationen kan du påbegynde træning i træningscenter. Det første år efter operationen bør du undgå træningsapparater, hvor du skal vride eller dreje i ryggen

### **Sex**

Samlivet kan genoptages, når du har lyst.

### **Hjælpemidler**

Fysioterapeuten eller sygeplejersken vil hjælpe dig med at vurdere dit behov for hjælpemidler i hjemmet efter udskrivelsen. Du har mulighed for at låne hjælpemidler på hospitalet.

Du er selv ansvarlig for afhentning og returløb af hjælpemidler.

### **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. På grund af risikoen for hård opbremsning, påkørsel, stød og vibrationer, bør transport med motorkøretøjer begrænses de første seks uger efter operationen.

### **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**

Der er tale om et større indgreb, og du skal derfor påregne et længerevarende efterforløb, hvor din ryg først vil være helet fuldt op efter 6-12 måneder, alt efter din rygs generelle tilstand og hvor mange niveauer, du er opereret på.

Omkring 75 % af de patienter, der gennemgår en stivgørende rygoperation, opnår imidlertid betydelig lindring af deres smerter og dermed en forbedret livskvalitet. Dette betyder dog også, at ca. 25 % af de patienter, der opereres, ikke har fuld effekt af indgrebet og fortsat vil mærke smerter i ryg eller ben.

Som det er tilfældet med alle former for kirurgi, er en stivgørende operation også forbun-

det med risici, bl.a. blødning, infektion og nerveskader. Der vil altid dannes en smule arvæv i rygmarvskanalen i det område, hvor man er opereret. Kun ved 3-4 % af patienterne ses betydelige mængder arvæv, som kan medføre smerter.

Manglende opheling af knogletransplantatet ses hos 5-10 % af patienterne. Dette kan medføre løshed af skruerne, som eventuelt må fjernes ved en ny operation.

### **Betændelse/infektion**

Det er vigtigt at holde øje med, om operationssåret heler, som det skal. For at forebygge betændelse giver vi dig antibiotika i forbindelse med operationen. Særligt i den første tid efter operationen er der risiko for betændelse i såret. Betændelse forekommer dog hos mindre end 1 %. Der er endvidere risiko for en dyb betændelse i selve operationsområdet. Dette fremkommer hos 0,1 % af opererede.

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 (i Region H 1813), 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@capiro.dk](mailto:info@capiro.dk)

[www.capiro.dk](http://www.capiro.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

