



# Frossen skulder



## DEN FROSNE SKULDER

Det latinske navn for lidelsen er periarthrosis humeroscapularis. Det er en bindevævs-lidelse i skulderledkapslen og dens omgivelser, som gerne optræder i 40-60-års alderen og noget hyppigere hos kvinder end hos mænd.

### ÅRSAG

Man kender ikke årsagen til lidelsen, bortset fra de tilfælde hvor den opstår efter en læsion af skulderen, evt. med brud på skulderen eller ledskred. Ældre patienter er her specielt udsatte, idet selv mindre slag på skulderen kan give anledning til en frossen skulder. Den hyppigste form for frossen skulder begynder snigende, uden kendt årsag.

Åbner man et 'frossent' skulderled, finder man ledkapslen og omgivelser skrumpede og sammenvoksede. Ved røntgenundersøgelse af skulderen ser man oftest fuldstændig normale forhold. Kalkaflejringer sv.t. skulderens slimsække eller sener kan undertiden ses, uden at disse aflejringer kan tillægges betydning. Blodundersøgelser viser normale forhold.

### SYMPTOMER

De to primære symptomer er nedsat bevægelighed og smerter. Smerterne i skulderledet er ofte dybe og dumpe med udstråling til overarmen. Da varme forværrer smerterne, er disse værst om natten, når skulderen er dækket af en dyne. I sjældne tilfælde kan

smerterne stråle fra skulderen helt ud i hånden, der kan hæve og få en let blålig farve (refleksdystrofi).

Foruden smerterne er der en tiltagende stivhed i skulderledet, hvor bevægeligheden indskrænkes. Patienterne kan ikke føre hånden til nakken eller til lænden. Der er besvær med påklædning og toiletbesøg.

### FORLØB

Sygdommen har 3 faser:

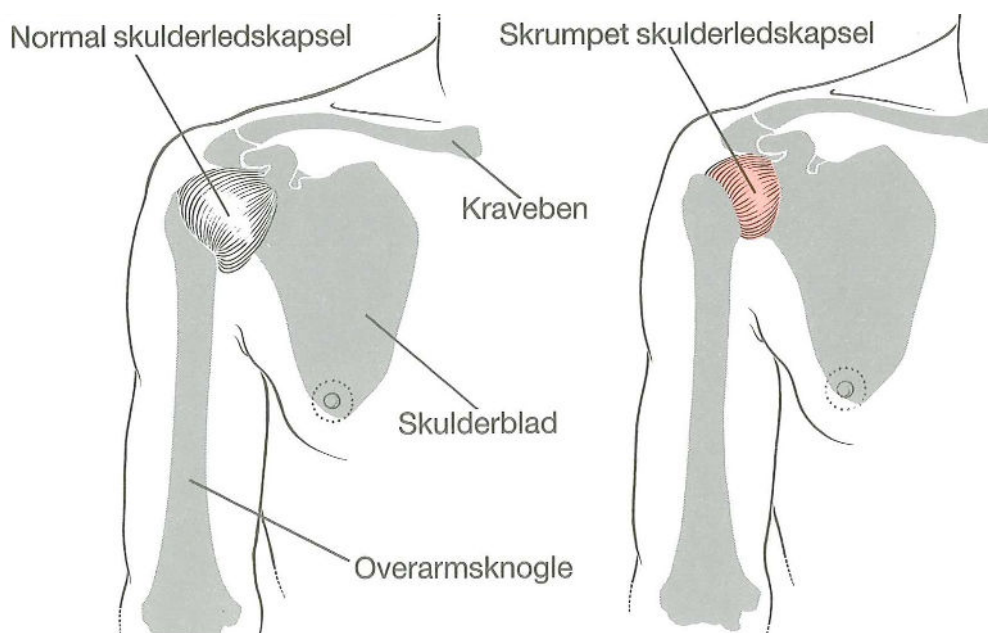
- Fase 1: Frysestadiet. Det er præget af tiltagende smerter og samtidig med at bevægeligheden bliver mindre.
- Fase 2: Skulderen er stiv (frossen), og smerter bliver i denne periode mindre.
- Fase 3: Tø-stadiet. Her løsnes skulderen, og bevægeligheden bliver spontant bedre.

Hver fase skønnes at kunne tage op til 6 måneder. Således tager hele forløbet 18 måneder.

Sygdommen er således langvarig – ofte over måneder til 1-2 år. De fleste tilfælde helbredes dog spontant. Det er sjældent, at der ikke opstår smertefrihed og næsten normal bevægelighed.

### BEHANDLING

Det er vigtigt, at behandlingen kommer hurtigt i gang. Behandlingen består først og fremmest i at skaffe patienten lindring i de generende smerter, f.eks. med smertestil-



lende midler eller Magnyllignende stoffer. Binyrebarkhormon injiceret i skulderleddet, giver ofte en betydelig lindring. Indsprøjtningerne med binyrebarkhormonet opløder den skrumpede ledkapsel og påvirker betændelsen i en gunstig retning.

I den akutte fase, dvs. de første 2-3 måneder, vil øvelsesbehandling for det meste forværre tilstanden. Langt senere i forløbet kan der evt. gives øvelsesbehandling.

Smertestillende virkning kan også opnås med ultralyd eller ispakninger. Det er vigtigt i de første måneder at skåne armen. Man behøver ikke at være ængstelig for, at armen fryser yderligere fast. Det drejer sig om en betændelsesproces, der skal have ro.

I op til 10 % af tilfældene tilbydes der operativ behandling, hvor der foretages en kikkertundersøgelse. I forbindelse med kikkertundersøgelsen foretages en løsning af den skrumpede ledkapsel. Herved genvindes bevægeligheden med det samme. Indgrebet har generelt gode resultater, i de udvalgte tilfælde hvor der ikke er udsigt til spontan løsning.

I efterforløbet efter en løsning af skulderen bliver der fokuseret på øvelsesterapi med fokus på at vedligeholde den genvundne bevægelighed.

## **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

Revideret af MTV

Sidst revideret: 21. februar 2021

Revideres igen: 21. februar 2024

Version 3



**Capiro**

Del af Ramsay Santé