



Information om artrose (slidgigt) i knæet og knæprotese

(Knæalloplastik)



Capiro

Del af Ramsay Santé

Årsagen til, man skal have indsat en knæprotese, er, at brusken er eroderet væk, og der kan af og til også være slidspor på knoglen. Denne forandring medfører ofte smerter ved gang og af og til også smerter i hvile samt natlige smerter.

Hvis svage smertestillende, så som Paracetamol, træning og eventuelt væggtab ikke kan lindre symptomerne, vil en operation komme på tale. Her isættes en knæprotese, som har til formål at fjerne smerterne eller at minimere disse.

Oftentimes vil der være tale om en total knæprotese, som består af 3 dele:

- en del som sættes på lårbenet
- en del som sættes på skinnebenet
- en del som sættes på knæskallen

Protesedelene fæstnes til knoglen ved hjælp af knoglecement.

Hvis knæet kun er delvist angrebet af artrose (slidgigt), findes der også mulighed for en delprotese. Afgørelsen træffes ved forundersøgelsen, men kan ændres ved selve operationen, hvor kirurgen kan bedømme bruskeforholdene i hele knæet.

FORVENTNINGER TIL OPERATIONEN

Resultat af operationen er individuelt. Langt de fleste patienter opnår en betydelig reduktion af smerterne, og vi stiler imod, at du bliver fuldstændig smertefri, men vi kan ikke love det.

Den protese, vi anvender, forventes at holde i mindst 20 år for 85 % vedkommende. En protese kan blive slidt og gå løs og kan da udskiftes ved en ny operation.

FØR OPERATIONEN

Du skal møde fastende på Capio på det aftalte tidspunkt. Du skal medbringe fod-tøj, der sidder fast på foden, til det efterfølgende genoptræningsforløb.

Operationen varer typisk 60-90 minutter. Tidsforskellen beror på, at det er forskelligt, hvordan knæet ser ud, og hvor omfattende en procedure der skal udføres. Under operationen er du bedøvet, oftest med rygbedøvelse, men du kan vælge at sove eller høre musik, hvis du ikke har lyst til at være vågen.

SELVE OPERATIONEN

Alt efter protesetypen kan du under operationen få lagt en såkaldt blodtomhedsmanchet på låret. Ved operation med totalprotese anvendes kun yderst sjældent blodtomhed; ved delprotese anvendes det altid. Man vil ofte have dybe lårsmerter 1-2 døgn efter operationen, hvis der har været anvendt manchet.

Når selve operationen er slut, bliver der anlagt en forbindelse om knæet.

EFTER OPERATIONEN

Efter operationen vil der kunne komme nogen blødning. Der anvendes ikke længere dræn, da der ikke er effekt heraf.

Mobilisering

I forbindelse med operationen bliver der lagt en stor mængde lokalbedøvelse omkring dit knæ samt et nerveblok på indersiden af låret. Det gør, at du vil være godt smertelindret, når bedøvelsen i ryggen fortager sig, og du kan oftest komme op at gå nogle få timer efter operationen.

For at opnå det bedst mulige resultat er det vigtigt, at du mobiliserer så hurtigt og så meget som muligt i tiden efter operationen. Dette mindsker de risici, der er forbundet med operationen. **Du må dog ikke forsøge at stå ud af sengen selv! De første par gange, du mobiliserer, skal der være hjælp til stede.**

Smertelindring

Under indlæggelse og i tiden efter du er kommet hjem, modtager du vores smertepakke, som består af flere forskellige former for smertebehandling, som tilsammen giver den bedste smertelindring.

Der vil være en ismanchet til din rådighed under din indlæggelse, hvor knæet ligeledes kan smertelindres med isvand.

Træning

Under din indlæggelse træner en fysioterapeut med dig, men det er vigtigt at du også selv træner efter de anvisninger, som fysioterapeuten giver dig.

Udskrivelse

Du skal forvente at være indlagt 1-2 dage efter operationen. Når du opfylder udskrivelseskriterierne, bliver du udskrevet (du skal kunne komme ind og ud af sengen selv, tage tøjet af og på, sætte dig i en stol og rejse dig igen, gå med

krykkestokke, være passende smertedækket og evt. klare trappegang).

Kontrol

Når du er udskrevet, bliver du tilbudt en ambulans kontrol hos operatøren 2 uger efter operationen med henblik på fjernelse af de små klips, der sættes i huden, og igen efter 3 måneder. Hvis det er mere bekvemt for dig at gå til egen læge og få fjernet klipsene, kan du gøre dette i stedet. Du skal dog selv bestille tid hos egen læge.

Genoptræning

Du bliver indkaldt til ambulans genoptræning i din kommune.

KOMPLIKATIONER

Selvom risikoen er meget lille, indebærer enhver bedøvelse en risiko for komplikationer. Risikoen afhænger af den almene sundhedstilstand og forøges ved hjerte-lungesygdomme. I forbindelse med selve operationen er der også risici:

Betændelse

Betændelse er den alvorligste komplikation, og ses ved under 1 % af operationerne. For at forebygge betændelse får du antibiotika i forbindelse med operationen og i det efterfølgende døgn.

Dyb årebetændelse og blodprop i benet

Dette forebygges ved indtagelse af blodfortyndende medicin samt ikke mindst ved, at du bevæger dig omkring så meget som muligt og udfører dine øvelser.

Skulle der komme en blodprop i benet, vil dette blive behandlet med blodfortyndende medicin i 3 måneder.

Påvirkning af nerver

Påvirkning af nerven i lægbenet ses meget sjældent. Påvirkningen vil føre til såkaldt drop-fod, hvor foden ikke med viljens kraft kan løftes bagover. Dette er ekstremt sjældent og er ofte en forbigående komplikation, men den kan dog være permanent.

Løsning af protesen

Din nye ledprotese kan løsne sig eller blive slidt med tiden. Som regel vil den dog holde i 20 år eller mere. Såfremt der pludselig tilkommer længerevarende belastningssmerter, kan dette være tegn på løsning.

HYPPIGT STILLEDE SPØRGSMÅL **SYGEMELDING**

De fleste vil være sygemeldt i 3 måneder efter operationen. Såfremt du har ikke-fysisk krævende arbejde, kan du vælge at gå på arbejde før. Det er dog vigtigt, at du får foretaget din daglige træning, og at du fortsætter med dette i mindst 1 år.

HVAD ER NORMALT DE FØRSTE DAGE/UGER?

Det er normalt, at der er hævelse, misfarvning (blodansamling/blåt mærke), varme og lidt blodig siven fra operationsområdet. Hvis det har farve som tyndt saftvand, og det væder plasteret til i løbet af 6-8 timer, **skal** du ses af en læge.

Smerter følger også med, men skal aftage i de første dage.

BILKØRSEL

Du kan køre bil, når du kan flytte fødderne mellem bilens pedaler på forsvarlig og hurtig vis og ikke længere tager stærk, smertestillende medicin. Vi anbefaler, at du venter til ca. 6 uger efter operationen.



SPORT

Du kan genoptage din sportsgren, når du føler dig klar hertil. Du bør så vidt muligt undgå kontaktsport (f.eks. fodbold), hop og længere løbeture, da det kan give en øget risiko for øget slitage på det opererede led. Svømning, golf, tennis, badminton og kontrolleret skiløb kan startes efter 3 måneder.

CYKLING

Kondicykel er fremragende træning og øger bevægeligheden i det opererede led. Vær opmærksom på sadlens højde, som kan justeres, således at den passer til dig.

Almindelig cykel kan benyttes, når du kan gå sikkert uden hjælpemiddel, typisk efter 3 måneder.

RENGØRING, LØFTE/BÆRE SAMT SOVE PÅ SIDEN

Her er ingen restriktioner. Nogle har glæde af en pude mellem benene de første måneder, når de sover.

SEKSUELT SAMKVEM

Efter lyst og evne. Undgå at vride det opererede led i yderstilling.

LUFTHAVNE

Dit nye led indeholder metal, som kan udløse alarmer ved sikkerhedstjek i lufthavne. Du skal blot forklare, at du er opereret med et nyt led.

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

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 • capiro.dk

Telefontider:

Mandag-torsdag kl. 8.00-17.00

Fredag kl. 8.00-16.00



Capiro

Del af Ramsay Santé