



Cario

Privathospital

**Fjernelse af en nerveknude
(neurom)**

Fjernelse af nerveknude (neurom)

Denne folder giver dig information om, hvad der skal ske før, under og efter den operation, du skal have foretaget. Det er derfor vigtigt, at du har læst folderen grundigt, inden du møder på hospitalet.

For at du kan forberede dig bedst muligt, beder vi dig om også at læse folderen "Velkommen" samt folderen omkring bedøvelse, der er vedhæftet i din operationsindkaldelse.

Indhold i denne folder

Vigtig information om din forberedelse!.....	3
Formålet med operationen.....	3
Forventninger.....	3
Forberedelser til din operation	3
Kost, rygning, alkohol og motion - KRAM.....	3
Anbefalinger til forberedelser inden din operation	3
Forberedelser på operationsdagen.....	4
Operation og bedøvelse	4
Efter operationen	4
Smerter, hævelse og blødning.....	5
Forbinding	5
Sko eller sandal med stiv bund	5
Mobilisering	5
Fjernelse af sting	6
Forstoppelse.....	6
Ar.....	6
Aktiviteter og daglige gøremål.....	6
Sygemelding.....	6
Opfølgning efter udskrivelsen.....	7
Komplikationer.....	7
Infektion	7
Blodprop i benet.....	7
Egne notater.....	9
Kontakt.....	9

Vigtig information om din forberedelse!

Hvis ikke ALLE punkter nedenfor følges, kan det være nødvendigt at udsætte din operation af hensyn til din sikkerhed:

- Hvis din operation er planlagt til at foregå i fuld bedøvelse, skal du møde fastende på operationsdagen. Læs afsnittet "Fasteregler" i folderen om bedøvelse, der er vedhæftet i din indkaldelse, for yderligere oplysninger.

Det er ikke nødvendigt at faste, hvis det er aftalt, at operationen foregår i lokalbedøvelse

- Hvis du indtager blodfortyndende medicin, skal du følge den plan, der er lagt for indtagelse af medicinen op til operationen. Læs afsnittet "Medicin og kosttilskud" i folderen om bedøvelse, der er vedhæftet i din operationsindkaldelse
- Hvis du føler dig syg f.eks. har feber, er forkølet eller får antibiotikabehandling op til operationen, bedes du kontakte os hurtigst muligt
- Hvis du har sår, rifter eller bumser i operationsområdet, eller har områder på kroppen med betændelse f.eks. en byld, beder vi dig kontakte os hurtigst muligt

Formålet med operationen

Formålet med operationen er fjerne nerveknuden, for at afhjælpe de gener denne forårsager.

Forventninger

De fleste patienter bliver smertefrie efter indgrebet. Der er dog en lille risiko for at generne vender tilbage.

Det tager normalt 8 uger inden såret er helet helt op.

Da nerven fjernes, vil følesansen mellem de 2 tæer nerven forsyner, gå tabt.

Forberedelser til din operation

Kost, rygning, alkohol og motion - KRAM

For at give kroppen de bedste betingelser når du skal opereres, anbefaler vi, at du følger rådene om kost, rygning, alkohol og motion (KRAM) op til og efter operationen. Du kan få yderligere oplysninger om KRAM-faktorerne på Capios hjemmeside ved at klikke på linket [KRAM](#).

Anbefalinger til forberedelser inden din operation

- Sørger for at have tilstrækkelig smertestillende håndkøbsmedicin hjemme, som indeholder Paracetamol (f.eks. Pinex, Panodil eller Pamol) samt Ibuprofen (f.eks. Ipren eller Brufen), indtil du har mulighed for at få afhentet medicin på apoteket
- Eventuelt sørg for at have en sko eller en sandal med stiv bund, som du skal anvende efter operationen

Forberedelser på operationsdagen

- Du skal tage et bad og vaske hår inden operationen (hårvask kan gøres dagen inden). Undgå efterfølgende at smøre bodylotion på foden, der skal opereres
- Af hensyn til infektionsrisiko skal neglene på den fod, hvor operationen foregår, være rensset og rene samt fri for smykker (f.eks. tåringe) samt neglelak eller gellak/shellac
- Efter operationen vil du få en støttende forbinding på den opererede fod. Iklæd dig derfor gerne tøj, som nemt kan trækkes op over knæet under operationen, og som vil tillade plads til forbindingen, når du kommer hjem. Dette kan for eksempel være bukser med vide ben, bukser med lynlås i siden, eller en løs nederdel.
- Husk mobiltelefon og oplader, så du kan være i kontakt med dine pårørende
- Medbragte værdigenstande opbevares på eget ansvar og vi opfordrer til, at du lader smykker og større kontantbeløb blive hjemme

Operation og bedøvelse

Operationen, du skal have foretaget, kan foregå under forskellige typer af bedøvelse. Kirurgen vil have talt med dig om dette til forundersøgelsen.

På operationsdagen vil du møde:

- Personale, der vil informere dig om forløbet og gøre dig klar til operationen
- Kirurgen, der skal operere dig, og som vil informere dig om operationen
- En narkoselæge, hvis det er planlagt, at du skal i fuld bedøvelse

Efter operationen

Du kan udskrives umiddelbart efter operationen. Inden du bliver udskrevet, informeres du om operationens forløb og om de forholdsregler, der efterfølgende er. Får du behov for hjemmepleje, vil personalet kontakte din bopælskommune.

Du skal selv sørge for hjemtransport og det frarådes selv at køre bil hjem. Du bør i øvrigt være opmærksom på at du ikke selv må køre bil:

- før du har sikret dig, at du har fuld kontrol over den opererede fod ved pedalskifte og katastrofeopbremsning. Inden du genoptager bilkørsel, er det derfor vigtigt du prøver at flytte foden mellem pedalerne i en bil, der holder stille, indtil du føler bilkørsel vil være ansvarligt
- hvis du har taget stærk smertestillende medicin (medicin med rød advarselstrekant)
- hvis du har fået en støttende sko på efter operationen

Smerter, hævelse og blødning

Efter operationen kan du forvente at have smerter og hævelse i operationsområdet samt lidt blødning fra operationssåret.

Smerterne behandles med håndkøbsmedicin (Se afsnittet "Anbefalinger til forberedelser inden operationen" eller klik [her](#), for oplysninger om håndkøbsmedicin).

Du kan desuden opleve misfarvning af operationsområdet, hvilket skyldes blodansamlinger og er ufarligt. Som regel aftager misfarvningen i løbet af nogle uger.

For at forebygge og reducere smerte, hævelse og blødning, anbefales du at gøre følgende:

- Følge den smertestillende behandling, som du anbefales inden din udskrivelse
- Holde foden mest muligt i ro og over hjerteniveau de første par dage efter operationen
- Lave venepumpeøvelser, hvor du vipper med fødder og tæer

Forbinding

Der lægges et vandafvisende plaster over operationssåret og foden forbindes med et elastikbind. Hvis elastikbindet føles stramt eller gnaver, kan dette forsigtigt løsnes uden at tages helt af.

Af hensyn til infektionsrisiko, skal du undgå at forbindingen bliver våd. Bliver forbindingen våd eller er den blødt igennem bør denne skiftes.

Du bliver informeret yderligere om forbindingen inden du udskrives.

Sko eller sandal med stiv bund

Det anbefales at anvende en sko eller en sandal med stiv bund i op til ca. en uge efter operationen. Dette informeres du yderligere om, i forbindelse med udskrivelsen.

Mobilisering

For at forebygge komplikationer til inaktivitet f.eks. blodpropper og forstoppelse, er det vigtigt, at du ikke kun sidder og ligger når du kommer hjem, men også er oppegående. Når foden aflastes eller du hviler anbefales det at lave venepumpeøvelser, som beskrevet under afsnittet "Smerte, hævelse og blødning" (klik [her](#) for at komme til afsnittet).

De første par dage efter operationen, bør du støtte minimalt på din opererede fod og holde denne hævet over hjerteniveau mest muligt.

Herefter kan du gradvist øge belastningen af den opererede fod. Hvis denne gør ondt, hæver eller du mærker en dunkende fornemmelse i operationsområdet, bør du stoppe belastningen og holde foden over hjerteniveau.

Inden udskrivelsen bliver du informeret om lån af hjælpemidler og vil, hvis nødvendigt, tilbydes at låne krykker. Lånte hjælpemidler skal returneres til Capiro efter brug (se venligst i velkomstfolderen under afsnittet 'Hjælpemidler' for at finde ud af, hvor på hospitalet disse skal afleveres).

Fjernelse af sting

Operationssåret er lukket med tråde, der skal fjernes efter ca. 2 uger. Du bedes bestille tid til dette hos din egen læge.

Forstoppelse

Nedsat aktivitetsniveau og eventuel stærk smertestillende medicin, kan føre til forstoppelse. For at forebygge forstoppelse anbefaler vi dig følgende:

- Indtage afføringsmiddel
- Drikke rigeligt med væske (1,5-2 liter pr. dag)
- Spise fiberrig kost, f.eks. fuldkorn og grove grønsager
- Bevæge dig mest muligt, men samtidig tage hensyn til hvile og at du er nyopereret

Ar

Operationen vil efterlade ar svarende til operationssnittene.

Arrene er mest synlige og rødlige i tiden efter operationen, hvorefter dette gradvist aftager.

For at opnå så pæne ar som muligt, anbefales det at anvende brun englehud (som kan købes på apoteket) på arrene i cirka 3 måneder efter operationen. Yderligere bør arrene beskyttes mod solen i cirka et år med tøj/sko eller solblokker.

Aktiviteter og daglige gøremål

- Almindelige daglige gøremål:
 - Lettere fysiske aktiviteter: F.eks. madlavning, gåture og lettere rengøring kan genoptages i den grad det lader sig gøre
- Hårdere fysiske aktiviteter: F.eks. tungt havearbejde efter 3-4 uger
- Bad: Forbindingen må ikke blive våd og det anbefales at tage en plastikpose over den opererede fod, når du er i brusebad

Af hensyn til infektionsrisiko frarådes det at gå i karbad, svømmehal eller bade i havet indtil forbindingen og stingene er fjernet og operationssåret er helt lukket og tørt.

Sygemelding

Varigheden af sygemeldingen afhængig af dit arbejdes karakter. Kirurgen vil have informeret dig om dette ved forundersøgelsen.

Opfølgning efter udskrivelsen

Det er ikke nødvendigt med kontrol efter operationen.

Komplikationer

Nedenfor ser du de komplikationer, der kan opstå efter den type operation du har fået foretaget. Inden du udskrives, informeres du om, hvor du kan henvende dig, hvis du har mistanke om, at du har komplikationer efter operationen.

Infektion

Risikoen for infektion efter operationen er meget lille. En infektion vil ofte vise sig efter 5-10 dage, men kan forekomme allerede efter et døgn eller lang tid efter en operation.

Der er en let forhøjet risiko for infektion ved operationer udført på fødder og tæer pga. øget forekomst af bakterier i jord- og gulvhøjde.

Du kan forebygge infektion ved at gøre følgende:

- Opretholde god fodhygiejne
- Afslutte brusebadet med at skylle foden grundigt
- Tørre foden med et rent håndklæde
- Skifte strømper dagligt
- Undlade at gå med bare tæer

Tegn på infektion:

- Tiltagende smerter i foden
- Eventuel feber
- Der kan opstå rødme, hævelse og varme omkring sårene
- Der kan komme væske fra såret

Da foden er pakket ind, vil tiltagende smerter og eventuel feber sandsynligvis være de tegn du først observerer og bør reagere på.

Hvis du pga. infektion sættes i behandling med antibiotika af egen læge eller vagtlæge, må du gerne informere os, da vi registrerer komplikationer med henblik på hele tiden at øge kvaliteten af vores behandling.

Blodprop i benet

Der er en minimal risiko for at få en blodprop i benet.

Tegn på en blodprop i benet giver forskellige symptomer i varierende grad:

- Benet kan hæve meget og blive rødt og varmt, hvor andre kun føler et let ubehag
- Musklerne i underbenet kan føles spændte og hårde og de overfladiske blodårer kan blive mere tydelige end de er normalt

Egne notater

Her kan du notere dine eventuelle spørgsmål til os, så du kan huske dem, når vi taler sammen igen, eller du ankommer til operationen.

Kontakt

Du er altid velkommen til at kontakte os, hvis du har spørgsmål, du ønsker svar på.

Du kan finde vores kontaktinformationer på Carios hjemmeside:

www.cario.dk

Version 2
Dato: januar 2024
Revideres: januar 2027
Udarbejdet og godkendt af: PHV